जर्मनी के एक अधिकारी ने वाशिंगटन पोस्ट को बताया कि पोलैंड वाले हमें हमेशा से कहते ...कि जर्मन एकीकरण में उनकी भी

पश्चिम जर्मनी की दमलर बेंज एग की सहायक कंपनी मर्सीडीज बेंज साउथ अफ्रीका ने नेशनल यूनियन आफ मेटल वर्कर्स की मांग ...। उसका कहना है कि इसके कर्मचारी नेलशन मंडेला को जिस सम्मान एवं गौरव की नज़र से देखते हैं उसी के अनुरुप मोटर गाड़ी बननी चाहिये।

विकसित करें ... घटायें।

श्री उन्नीकृष्ण... चौथे राष्ट्रीय स... परिप्रेक्ष में नौ प्र... उद्घाटन कर रहे... निर्माण और ...

स्त्रियों का प्राकृतिक चिकित्सा आहार

0 2·3

...उनका निराकरण करें।

अधिकारियों को कहा गया है कि जनता की स्थानीय समस्याओं को उन्हीं के स्तर पर ही समाधान किया जाना चाहिये। स्थानीय मामलों को लखनऊ न भेजा जाये।

अधिकारियों से यह भी कहा गया है कि वे ईमानदारी के साथ जनता कार्य करें अथवा उन्हें इसके गंभीर परिणाम भुगतने होंगे।

अफ्रीका में डेढ़ करोड़ व्यक्ति दुर्भिक्ष के शिकार

नैरोबी, १६ फरवरी (मेनापल)। अफ्रीका के करीब डेढ़ करोड़ लोग अभी दुर्भिक्ष की चपेट में हैं। उन्हें तुरन्त अन्तर्राष्ट्रीय स्तर पर राहत पहुंचाने की जरूरत है।

संयुक्त राष्ट्र खाद्य एवं कृषि संगठन की रिपोर्ट के अनुसार अंगोला, मोजाम्बिक, ...िया और सूडान में स्थित ज्यादा खराब ...

...ओ का अनुमान है कि इथियोपिया का ... टालने के लिये उसे तुरन्त ग्यारह लाख ... खाद्यान्न चाहिये। इसी तरह सूडान को दो लाख टन खाद्यान्न दिया जाना जरूरी है।

नामिबिया से सैनिकों की वापसी ८ अप्रैल से

ब्राजाविले, १६ फरवरी (भा.)। नामिबिया

स्त्रियों का प्राकृतिक चिकित्सा शास्त्र

नारी निन्दा मत करो नारी नर की खान ।
नारी से नर ऊपजै ध्रुव प्रहलाद समान ॥

लेखक एवं मुद्रक-प्रकाशकः—

भरतसिंह वैद्य

अनुसंधान कर्त्ता

जीवन प्राकृतिक चिकित्सालय

गालिबपुर डा० खास जि० मुजफ्फर नगर

प्रथमबार ५००] सितम्बर १६६६ [मूल्य १)

सुदर्शन प्रिंटिंग वर्क्स खुरजा में छपी ।

विषय सूची

पांचों अध्यायों में ४४ कहानियां दर्ज हैं

मासिक धर्म २२, गर्भ अवस्था, प्रसूत १५,

क्षय इत्यादि ५, हिस्टीरिया १, तम्बाकू के विष १

॥ ओ३म् ॥

सत्यमेव जयते नानृतम्

TRUTH ALONE TRIUMPHS NOT FICION.

इन्द्रं वर्धन्तो अप्तुरः कृण्वन्तो विश्वमार्यम्। अपघ्नन्तो अराव्णः॥

रामचन्द्र देहलवी

आर्योपदेशक मुहल्ला आर्यनगर हापुड़, तिथि २४–१०–६०

मुझे यह लिखते हुए प्रसन्नता होती है कि श्री भरतसिंह प्राकृतिक चिकित्सक एक अनुभवी सच्चरित्र एवं योग्य व्यक्ति हैं। लगभग २५ वर्ष तक आयुर्वेदिक प्रणाली पर चिकित्सा करने के उपरान्त प्राकृतिक चिकित्सा का अनुभव प्राप्त होते ही चिकित्सालय बन्द करके आर्य समाज के द्वारा जनता की सेवा का संकल्प लेकर यह उसी चिकित्सा का प्रचार कर रहे हैं। आर्य समाज मन्दिर हापुड़ में भी प्राकृतिक चिकित्सा पर आपका सारगर्भित भाषण हुआ जिसे नागरिकों ने बहुत पसन्द किया और तदनुसार चिकित्सा करके अनेक रोगियों ने स्वास्थ्य लाभ प्राप्त किया।

मुझे पूर्ण आशा है कि जनता प्राकृतिक चिकित्सा को अपनाकर स्वस्थ रहने का ढंग श्री भरतसिंह जी से सीखेगी। इनके साथ मेरी पूर्ण सहानुभूति है।

ह० रामचन्द्र देहलवी

आर्योपदेशक हापुड़

हमने (शुक्र का क्षय) सब (रोगों का मूल कारण) पहले वर्ष १९६५ में प्रकाशित की थी। परन्तु ६ वर्ष के अन्दर जिन दम्पत्तियों (पुरुष स्त्रियों) की चिकित्सा की उनसे सन्तान उत्पत्ति विज्ञान पर जो बातें हुईं उन से यह रहस्य प्रकट होने में देर न लगी कि ये मैथुनी सृष्टि के जो नियम धर्म पूर्वक थे वह सभी धीरे धीरे समाप्त हो रहे हैं इसका कारण वैदिक धर्म के प्रचार का अभाव ही पाया है। जब राजा प्रजा वेद के भौतिक आध्यात्मिक विज्ञान से पूर्ण थी वैदिक धर्म का प्रचार था , गाय पालन होता था दूध, दही, घृत से यज्ञ शाला में हवन होता तथा बैलों से कृषि का कार्य पूर्ण होता था जब से पच्छिमी विज्ञान की ओर भाग हो रही है तब से ब्रह्मचर्य आश्रम का नाश हो गया जो भारतीय सभ्यता संस्कृति का स्तम्भ था। इसी से रोगों की वृद्धि दिन रात हो रही है।

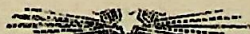
महर्षि दयानन्द सरस्वती ने जुलाई सन् १८७५ ई० में कई व्याख्यान पूना में दिये। उनमें बाल विवाह, कन्या को जन्मते ही मार देना, विधवा विवाह न करना इत्यादि से भारतवर्ष में रोग पाप बढ़ गये हैं।

महात्मा गाँधी जी ने जो पुस्तक "अनीति की राह पर संयम व नाम भोग" लिखी है वह पच्छिम की सभ्य जातियों के चरित्र पर पूर्ण प्रकाश डालती है। किस प्रकार फ्रांस इत्यादि देशों का नैतिक पतन हो गया। ये संकेत भारतीय जनता के लिये किया है।

श्री श्रीमन्नारायण जी ने जो भारतीय प्राकृतिक चिकित्सा कमेटी के अध्यक्ष हैं रायपुर सम्मेलन में दो प्रकार के साहित्य की ओर ध्यान दिलाया था कि एक पुस्तक प्रौढ़ शिक्षा के लिये दूसरी बाल शिक्षा पर होनी चाहिये।

मैं उसी समय से इस चिन्तन में लग रहा था। प्रौढ़ शिक्षा पर तो सन् १९६५ ई० में शुक्र का क्षय (सब रोगों का मूल कारण) प्रकाशित कर दी थी अब दूसरी बाल शिक्षा पर लिखनी आवश्यक थी। परन्तु इस की खोज मातृ शक्ति महिलाओं की ओर ध्यान दिया। बाल रोग का मुख्य कारण माता पिता ही हैं। इस लिये माता को रोग प्रतिबन्धक उपाय बतलाये जांय मासिक धर्म के प्रथम दिवस से ले कर गर्भाधान गर्भावस्था प्रसूता, दुग्ध पिलाना इत्यादि सभी पर ४२ कहानियाँ लिखी हैं। जो रोग हो जाय उस दशा में पंचमहाभूत विज्ञान की सहायता से चिकित्सा की जाय जीर्ण रोगियों को दुर्बल शरीर माताओं को गाय व बकरी का दूध दिया गया सभी दशाओं में पूर्ण सफलता मिली है। बालक की गर्भ की शिक्षा पूर्ण होती है इसलिये ये पुस्तक स्त्रियों को प्राकृतिक चिकित्सा शास्त्र के नाम से प्रकाशित कर रहा हूं। वास्तव में स्त्रियों का रोग जब नष्ट हो तभी सन्तान उत्पत्ति के नियम धर्म पूर्वक हों। ये पुस्तक बाल शिक्षा की कुंजी भी है। पाठक वारम्बार पढ़ कर कार्य करें।

पुरुष स्त्री दोनों का स्वास्थ्य भी सुधर जायेगा। राष्ट्र बलवान होगा।

—लेखक

'ईश्वर प्रार्थना'

चित्रं देवानामुदगादनीकं चक्षुर्मित्रस्य वरुणस्याग्नेः । आप्रा द्यावापृथिवी अन्तरिक्ष ँ सूर्य आत्मा जगतस्तस्थुषश्च स्वाहा ॥

(देवानां) दिव्य गुण युक्त विद्वानों अथवा उपासकों का (अनीकं) जीवन व बलस्वरूप तथा (चित्रं) अद्भुत रूपवाला पूजनीय परमेश्वर (उद्गात) हमारे हृदयाकाश में उदित हुआ है । वह परमेश्वर (मित्रस्य) सूर्य का (वरुणस्य) वायु का तथा (अग्नेः) अग्नि का (चक्षुः) मार्ग दर्शक है । वह (द्यावा पृथिवी) द्युलोक, पृथिवी के लोक तथा (अन्तरिक्ष) अन्तरिक्ष लोक को (आप्राः) व्याप रहा है । (जगतः) चर अर्थात प्राणी जगत का (तस्थुषश्च) अचर अर्थात जड़ जगत का (आत्मा) आत्मा वही (सूर्यः) सबसे अभिसरणीय अर्थात् प्राप्त करने योग्य है, (स्वाहा) उसके प्रति हम सर्वस्व का समर्पण करते हैं ।

प्रथम अध्याय

स्त्री रोग निदान

भीतरी जननेन्द्रियां (पेड़ू) की पोल में रहती हैं

पुरुष और स्त्री दोनों की भीतरी जननेन्द्रियां वस्तिगह्वर या पेड़ू की पोल में रहती हैं। इसी से दीखती नहीं! पुरुष के पेड़ू में शुक्राशय शुक्र प्रणाली, प्रोस्टेट और शिशन ग्रन्थि रहती हैं इसी प्रकार स्त्री के पेड़ू को पोल में डिम्ब ग्रन्थि, डिम्ब प्रणाली, गर्भाशय और योनि रहती है। शरीर का केन्द्र नाभि है। गर्भाशय पित्ताशय, पक्वाशय के मध्य नाभि के साथ जुड़ा रहता है। पुरुषों का शुक्राशय पेड़ू की पोल में सूत्राशय से लगा रहता है शुक्राशय की दो थैली होती हैं इनके पीछे ही मलाशय है। इसी प्रकार स्त्री के मलाशय, मूत्राशय को समझ लेना चाहिये जब कभी मल मूत्र में कोई रुकावट गड़बड़ हो तभी विकृत पदार्थ (विजातीय द्रव्य) का भार शरीर पर पड़ेगा तभी पेड़ू की पोल में दोष संग्रह होगा यहीं से रोगों का जन्म होता है। नाभि की समान वायु का कार्य पूर्ण नहीं होता सभी रोगों की उत्पत्ति क्रम से पेड़ू से उठने वाली भाप ही मस्तिष्क तक सीधी जाकर वायु मण्डल में उन दोष भरे परमाणुओं को पहुंचा देगी उसी से जीर्ण कीटाणुओं के, पैत्रिक रोगों का सम्बन्ध भी साफ हो जाता है।

(१) अर्थात् स्त्री रोग अजीर्ण व मासिक धर्म के दोषों से ही आरम्भ होंगे अर्थात् मासिक धर्म गृहस्थ आश्रम की पचास वर्ष की अवधि तक के सभी रोगों का जननेन्द्रियों की दशा पर पूरा प्रभाव पड़ता है।

(२) साथ ही पुरुष में अगर विकृत पदार्थ (विजातीय द्रव्य) का

अधिक भार दोष है तो वे समस्त दोष भी स्त्री के शरीर में भोग से प्रवेश करके रोगिणी बनाने में पूर्ण हैं।

(३) अब सन्तान में वे सब संस्कार रोग गर्भावस्था से ही आकर समय पाकर विकास करते हैं। बीज में अंकुर की नाई गुप्त रहते हैं जैसे बीज भूमि को पाकर वृक्ष बन कर फल देते हैं।

स्त्रियों के रोग

यदि पाचनतन्त्र विकृत पदार्थ से अत्यन्त भर जाता है तो स्त्रियों में गर्भाशय सम्बन्धी रोग दो विधि से होते हैं। प्रथम आंत की नाली में विकृत पदार्थों के भार से गर्भाशय दब जाय या एक ओर को हट जाय जिस से कि वह रोग जिसे गर्भाशय का टेढापन कहते हैं पैदा हो जाता है। द्वितीय स्वयं जननेन्द्रिय में विकृत पदार्थ भार हो जांय परन्तु अंतिम दशा केवल पीठ के विकृत पदार्थों के भार की दशा में देखने में आई है। इस प्रकार के विकृत पदार्थ के भार से स्त्रियों में बन्ध्यापन (बांझपन) गर्भावस्था में कष्ट और प्रसव में कठिनाईयों का कारण हुआ करता है। और इसी विकार से दुद्धियों में दूध की उत्पत्ति भी या तो बन्द हो जाती है या बहुत कम दूध होता है। पीठ का विकृत पदार्थों का भार भविष्य की सन्तान वृद्धि में बाधक होता है। क्योंकि गर्भाशय की श्लेष्म कला (झिल्ली) पृष्ट वंश (मेरुदन्ड) के मज्जातन्तुओं से निर्मित व पुष्ट होती है।

यदि शरीर में बाईं ओर विकृत पदार्थ का संग्रह होता है तब श्वेद (पसीना) कम आने से गठिया का भय सदैव बना रहता है पुरुषों की तरह स्त्रियों की चिकित्सा भी होती है। चूंकि गर्भाशय पित्ताशय व पक्वाशय के बीच स्थापित है नाभि केन्द्र से बंधा हुआ है, ज़ननेइन्द्रियों का ज़ाल पेड़ू की पोल के मध्य में है अर्थात् योनिद्वार

ऋतुविकार का स्थान भी है इस लिये समस्त रोगों की उत्पत्ति का स्थान पेड़ू ही है। स्त्रियों को उन के शरीर को वनावट पेचीदा होने के कारण जननेन्द्रिय सम्बन्धी रोग अधिक हुआ करते हैं।

ऋतु विकार—पेड़ू में दर्द, सूजन, गर्भाशय का टल जाना।

प्रदर—सोम रोग, गर्भ स्राव, गर्भपात, थनेला —

स्तानों का जख्मी होना—स्तनों का परिणाम में बड़े होना

गर्भिणी को उबकाई आना—बच्चा जनने में कष्ट होना गर्भ न रहना (वांझपन) मेद बढ़ कर गर्भाशय पर दवाव, बच्चे पैदा हो कर मरते रहना, दुवलापन, दूध का अशुद्ध होना, दूधियों में दूध की कमी, पेड़ू का फोड़ा —गर्भाशय का नासूर, गर्भिणी की दूधी से दूध टपकना, व मासिक धर्म बन्द होकर दूधियों से दूध टपकना और गर्भ न रहना, समस्त रोगों को पूर्ण चिकित्सा हमारे सिद्धान्त से हो जाती है।

ओ३म् अग्नि वायुचन्द्रसूर्याः प्रायश्चित्तयो यूयं देवानां प्रायश्चित्तयः स्थ ब्राह्मणो वो नाथ काम उपधावामि यास्याः अपुत्र्या स्तूनस्तामस्या अपहत स्वाहा। इदमग्नि वायु चन्द्र सूर्येभ्य इदन्नमम् ॥

पारस्कर गृ० सू० संस्कार चन्द्रिका गर्भाधान संस्कार से उद्धत ॥

बांझपन

अर्थः—सर्वदोषनिवारक अग्नि वायु चन्द्र और सूर्य तुम देवताओं के बीच में दिव्यगुण युक्त पदार्थों में दोषों के नाशक हो अतः ऐश्वर्य

की इच्छा करने वालों में ब्रह्म को मानने वाला तुम्हारा सेवन करता हूं और तुम इस वधु की जो बुरी शरीर की शोभा है अर्थात् वन्ध्यात्वादि जो दोष (रोग) हैं उनको दूर करो।

नोट (१) सूर्य बड़ी संख्या में अपनी तेज किरणों द्वारा विषों का विनाश करते हुए उदित होते हैं। यह अदृष्ट रोग उत्पादक प्राणियों को विनाश करने वाले आदित्य प्राणियों के कल्याणार्थ ही उदित होते हैं।

वैज्ञानिकों का मत है कि ७ वर्ष में शरीर के समस्त अंग बदल जाते हैं। नेत्र के डाक्टरों का मत है कि ५ वर्ष बाद ऐनक बदलनी चाहिये। वास्तविक बात ये है अगर स्त्री व पुरुष क्षय कुष्ठ जैसे भयंकर रोग में फंस जाते हैं तो तीन वर्ष की अवधि समाप्त होते होते मृत्यु को प्राप्त हो जाते हैं। यह शरीर का राजा शुक्र का सत (ओज) नष्ट होते ही जीव शरीर से पृथक होना ही मृत्यु कहलाती है। आज रसायन, काया-कल्प, आंगिरस चिकित्सा पद्धति के नाम पर गलत विज्ञापन द्वारा स्वास्थ्य नष्ट हो रहा है। अतः अगर आप स्थाई स्वास्थ्य के इच्छुक हैं तो ब्रह्मचर्य का पालन करके हमारी चिकित्सा की ओर ध्यान दीजिये। जो वेद के आयुर्वेद के मंथन का सार है।

आवश्यक सूचना

ध्यान से पढ़ना चाहिए

चिकित्सा में गर्मी, सर्दी का सम्बन्ध जानकर भूल सुधार कर चिकित्सा पूर्ण की गई है।

नोटः—मासिक धर्म के दिनों में ४ व ५ दिन कोई चिकित्सा न कीजिये।

(१) शान्ती देवी आयु ३४ वर्ष क्षय रोगिणी जाड़ों की ऋतु में इलाज कर रही थी चिकित्सा ३ बार दिन भर में मिट्टी की गर्म पट्टी द्वारा होती थी। मासिक धर्म के दिनों में चिकित्सा जारी रक्खी थी ज्वर फिर आने लगा तब ३ दिन के लिए केवल भोजन में दूध बतलाया गया और इलाज गर्म मिट्टी से जारी रक्खा गया—पूरी कहानी दूसरी जगह पढ़ लीजिये।

(२) परसन्दी देवी कुमारी आयु १४ वर्ष वैसाख के दिनों में मासिक धर्म हो रहा था। खेत में नंगे पांव काम करने गई सिर में दर्द व नकसीर जाने लगी। मासिक बन्द हो गया सिर पर ठंडा पानी डाल लिया था। उसी समय से ज्वर दिल में धड़कन रहने लगी। ठंडी मिट्टी की पट्टी ६ दिन पेट पर रखने से ठीक हो गई। ज्वर तीसरे दिन ही कम हो गया था। मस्तक पर भी ठण्डी मिट्टी की पट्टी लगाई नकसीर भी बन्द हो गई।

(३) मूर्ति देवी धर्मपत्नी घनश्याम सिंह गांव की है आयु ३५ वर्ष उन्होंने जाड़ों की ऋतु में मिट्टी की ठंडी पट्टी ३ दिन पेट पर लगाई। इन्हें ज्वर आ रहा था। ज्वर जाता रहा परन्तु खांसी हो गई जुकाम पहले था इसलिए उन्होंने अब मुझे बुलाया तब मैंने ४ दिन तक गर्म मिट्टी की रोटी पेट पर ३ बार रखनी बतलाई गर्म पानी पीने को बतलाया। खांसी ठीक हो गई।

(४) उषा पुत्री भागमल आयु ६ वर्ष गांव गालिबपुर की है। नवम्बर में ज्वर व खांसी थी। मिट्टी की गर्म रोटी पेट पर नियम से रक्खी गई ज्वर जाता रहा खांसी रह गई मुझे उनके घर बुलाया गया सब हाल सुना एक भूल थी। पानी ठण्डा पीने को दिया गया था इसलिए खांसी रह गई थी अब चार दिन तक फिर गर्म मिट्टी की रोटी पेट पर, गर्म पानी पीने को दिया ठीक हो गई।

(५) कृष्णा पुत्री ब्रह्मचन्द्र आयु १२ वर्ष गांव जावन जिला मुजफ्फरनगर की है इसे ठण्ड लग जाने से जुकाम हो गया जाड़ों की ऋतु थी ठण्डी मिट्टी की पट्टी रखनी शुरू कर दी तीन दिन इलाज करने से सारे शरीर में पित्त उछल आया और ज्वर भी हल्का सा हो गया। फिर तीन दिन तक गर्म मिट्टी की रोटी पेट पर ३ बार रोजाना रक्खी गई सारे शरीर पर तिल का तेल गर्म करके लगाया गया। तब पित्त शान्त हो गया ज्वर भी उतर गया।

(६) कमलेश कुमारी जिला मेरठ आयु २० की है। उन्हें सिर दर्द में किसी साधु ने मिट्टी की पट्टी सिर पर रक्खनी बतलाई। वह मिट्टी सिर के बालों में लगने से सिर में फुंसी निकल आई। फिर नीम के पानी से धोकर और कुछ इलाज किया।

नोटः—सिर पर मिट्टी की पट्टी लगाते समय ध्यान रखना चाहिए कि वह बारीक कपड़े में रखकर लगाई जाय।

दूसरी बात का यह ध्यान रखिये मासिक धर्म के दिनों में मिट्टी की पट्टी कहीं पर न लगावें क्योंकि समस्त शरीर शुद्धि के मार्ग में रुकावट होने से अनेक भयंकर रोग हो जाते हैं।

मिट्टी की रोटी (पट्टी) पेट इत्यादि पर रखने के नियम दूसरी जगह पढ़िये।

रोगों के नये नाम रखने के कारण, अंग २ की पृथक २ चिकित्सा के सिद्धान्त ने और बिजुली-इन्जैक्शन (टीका) ओपरेशन, विष से विष के कीटाणुओं के मारने की पद्धति ने मानव जाति को एक भ्रम में फंसा दिया है। इस दशा में उसका रोग मुक्त होना कठिन प्रतीत होता है। जब तक आयुर्वेद के प्रचार का पूर्ण साधन न हो।

मुझे पुरुष, स्त्री और माता बालक के रोगों का पृथक पृथक इलाज करना असम्भव प्रतीत होता है। जब तक पुरुष स्त्री का भोग विलासमय जीवन चलता है, जब तक बालक माता का दूध पीता है हमारे आयुर्वेद के आचार्यों ने शरीर रचना से यह सिद्ध कर दिया है कि शरीर के सभी अंग प्रत्यंग व पुरुष स्त्री एक है। सन्तान दोनों का प्रतिनिधि (दर्पण) है। प्रमाण के लिये वेद है जिस से आयुर्वेद के सिद्धान्तों को पुष्टि होती है। वेद आयुर्वेद दोनों के योग से प्राकृतिक चिकित्सा पूर्ण है। माता का सन्तान के साथ पुष्पवती (मासिक धर्म) से ले कर ऋतु गमन और गर्भ अवस्था प्रसूत अवस्था दूध पिलाने तक पृथक रोग का नाम रख कर पूर्ण चिकित्सा नहीं हो पाती। जब तक माता आहार विहार पर नियन्त्रण न करे अर्थात् पथ्यापथ्य की जानकारी करके प्रयोग न करे पुरुष का सहयोग (संयम) भी पूर्ण सन्तानों के आरोग्यता का निर्माता है। माता पिता दोनों के पवित्र भाव से ही अन्तःकरण में संस्कार बनता है इसी से शारीरिक व आत्मिक उन्नति होकर सामाजिक सुधार होगा।

अपंग सन्तान रोगों के उत्पत्ति स्थान का निर्णय

निम्नलिखित दशाओं में स्त्री से कभी समागम न करें

(१) रजस्वला से अर्थात् पाँच दिन तक पृथक रहें।

(२) रोगिणी से

(३) अकामा (जिसकी इच्छा गर्भाधान के लिये न हो)।

(४) जो अपने से आयु में अधिक हो।

(५) योनि दोष वाली (रति रोग) में ग्रसित हो।

(६) सन्ध्या काल में भी गमन न करे।

(७) गर्भिणी से भी गमन न करे—सन्तानों में भयंकर कुष्ट रोग तक होते हैं।

गर्भ की निश्चय पहचान

(१) प्रथम मास से ही वह रजस्वाला होनी बन्द हो जाती है।

(२) गर्भिणी को गर्भ स्थिति से एक मास पश्चात् प्रातः काल वमन होने लगती है।

(३) स्तनों का बढ़ना प्रथम मास के पीछे तीसरे मास तक।

(४) स्तन व उनकी घुंडियों का काला रंग व कड़ा होना तीसरे मास के लगभग होता है।

(५) पेट का बढ़ना प्रायः तीसरे मास से होता है।

(६) बच्चे का फड़कना चौथे मास से लगभग पांचवे मास में फड़कने लगता है।

नोटः—गर्भिणी के साथ संगम (मैथुन) करने से प्राणमय कोश में विकृत पदार्थीय भार से श्वाँस, खासी का रोग हो जाता है। फिर जो रोटी खाती है वह टुकड़े कै में निकल जाते हैं। सन्तान निर्बल-रोगी अपंग उत्पन्न होती है।

(२) जो गर्भिणी मिट्टी, मुलतानी, ठीकरे इत्यादि खाती रहती है उनके बालक मन्द बुद्धि पैदा होते हैं कुनैन खाने से बहरे हो जाते हैं। अधिक ऊष्ण पदार्थ चाय, लालमिर्च व तम्बाकू इत्यादि से भी नेत्र रोगी होते हैं।

सुषुम्णा सूर्य रश्मि चन्द्रमा गन्धर्व

सुषुम्ना नाड़ी मस्तिष्क से निकलती है उसका सम्बन्ध नाभिचक्र के अग्र भाग से होता है जहाँ अमृत कुण्ड (कुण्डलिनी धाम) है जो ब्रह्मचर्य से पुष्ट होता है। सुधितनाड़ी जिसको बोधित नाड़ी भी कहते हैं ये भी ब्रह्मरंध से निकलती है जब चन्द्रमा सम्पन्न कलाओं से पूर्णिमा के दिवस परिपक्क होता है। वह जो सुधित नाड़ी है जिसका सम्बन्ध मस्तिष्क से होता हुआ और नाभिचक्र से होकर हृदय (चन्द्रमा) से होता है। हृदय से ओज द्वारा जो कान्ति (तेज) प्राप्त होता है। चन्द्रमा से जो अमृत मिलता है। वह पकता है यह अमृत नाभि से जो नाड़ियों के मध्य स्थान होता है वहाँ एकत्रित होता है इस विज्ञान के जानने से आयु, तेज, बल, बुद्धि होती है।

(चन्द्रमा व माता का सम्बन्ध) ऐसा है जैसा चन्द्रमा का पृथिवी के जल पर है।

महिलाओं के मासिक धर्म का सम्बन्ध चन्द्रमा के साथ साथ रहता है। जब माता के गर्भस्थल में जब जीव प्रविष्ट होता है तो माता के निचले विभाग (योनि) में एक त्रिधित नाम की नाड़ी होती है उस के द्वारा चन्द्रमा की कान्ति हृदय की नाड़ियों में रमण करती हुई प्राणमय कोश में जाती है। माता के द्वारा जो प्राण सत्ता बालक को मिलती है उसमें मिश्रित हो करके उस बालक को अमृत प्रदान करती है।

ब्रह्मचारी कृष्णदत्त

वैदिक अनुसन्धान समिति विनयनगर नई दिल्ली

मुझे इस बात का भी पूर्ण विश्वास है कि वे रोग जिनका

सम्बन्ध गर्भाशय से है ज्यों ज्यों चन्द्रमा बढ़ता है त्यों त्यों बढ़ने लगते हैं। और ज्यों ज्यों चन्द्रमा घटता है त्यों त्यों अच्छे होने लगते हैं। इन कार्रवाइयों से भी यह सिद्ध होता है कि मनुष्य जाति का प्रकृति से कितना घनिष्ट सम्बन्ध है।

*वर्षों के अनुभव द्वारा मालूम हुआ है कि स्त्री के शरीर में इस स्वाभाविक कार्रवाई अर्थात् ऋतु का सम्बन्ध चन्द्रमा से है।

संस्कार विधि के विवाह संस्कार से लिखा गया है।

अन्न से शुक्र, शुक्र से ओज और ओज से हृदय बनता है

ओं अन्नपाशेन मणिना प्राणसूत्रेण पृश्निना।
बध्नामि सत्यग्रन्थिना मनश्च हृदयं च ते।।

अर्थः—हे वधू वा वर (अन्नपाशेन) अन्न है पाश बन्धन जिसका (मणिना) रत्न तुल्य (पृश्निना) शरीरान्त वर्ती छोटे से (प्राण सूत्रेण) प्राण रूपी सूत से (सत्य ग्रन्थिना) सचाई की गांठ लगा कर (ते) तेरे (हृदयम् हृदय (च) और (मनः) मन को (बध्नामि) बांधती व बांधता हूं।

भावार्थ—हे बधू वावर जैसे अन्न के साथ प्राण, प्राण के साथ अन्न तथा अन्न व प्राण का अन्तरिक्ष के साथ सम्बन्ध है। वैसे तेरे हृदय और मन और चित आदि को सत्य की गांठ से बांधती व बांधता हूं।

ओं यदेतद् हृदयं तव तदस्तु हृदयं मम।
यदि दछ्ं हृदयं मम तदस्य हृदयं तव।।२।।

*उद्धृत आरोग्यता प्राप्त करने की नवीन विद्या लेखक डा० लुई कुह्नी।

अर्थ—स्वामिन वा हे पत्नी (यदेतत्) जो यह (तव) तेरा (हृदयं) आत्मा अन्तःकरण है (तत्) वह (मम) मेरा (हृदयम्) आत्मा अन्तःकरण के तुल्य प्रिय (अस्तु) हो और (मम) मेरा (यदिदम्) जो यह (हृदयम्) आत्मा प्राण और मन है (तत्) सो (तब) तेरे (हृदयम्) आत्मादि के लिये प्रिय (अस्तु) सदा रहे।

ओं अन्नं प्राणस्य षड्विंक्षशस्तेन वध्नामि त्वा असौ ॥३॥

(असौ) हे यशोदे जो (प्राणस्य) प्राण का पोषण करने वाला (षडविशः) २६ (छब्वीसवां) तत्त्व अन्नम्) अन्न है तेन (उससे) (त्वा) तुझ को (वध्नामि) दृढ़ प्रीति से बाँधता वा बांधती हूं॥

मासिक धर्म भी २६ दिन के पश्चात् २७ वें व २८ वें दिन ही होता है।

नोटः—अन्न से रस, रक्त, मांस, मेद, अस्थि, मज्जा तक २५ दिन में बनती है। २६ वां तत्त्व शुक्र २६ वें दिन बनना आरम्भ होता है जो २६ वें दिन तक बनता है। शुक्र से २८ घण्टे में ओज बनता है। अर्थात् ३० दिन ४ घण्टे में ओज तैयार होता है जो हृदय से ज्ञान गति दोनों प्रकार के स्नायुओं द्वारा अंग प्रत्यंग को पोषण करता है। इस लिये रस्सी के दोनों छोर की तरह अन्न, वीर्य दोनों की शुद्धि पुष्टि पर विचार कर जीभ व उपस्थ इन्द्री पर नियंत्रण करना चाहिये।

अन्न व प्राण का अन्तरिक्ष के साथ सम्बन्ध

वर्षा से पृथिवी अन्न को उत्पन्न करती है। उस अन्न का भोजन करने से मनुष्य शुक्र (प्राण) को उत्पन्न करता है। इस प्रकार अन्न व प्राण का सम्बन्ध अन्तरिक्ष से बना रहता है।

इस लिये ब्रह्मचर्य का पालन करना चाहिये इस से स्मृति ऊंची होती है अन्तःकरण पवित्र होकर बुद्धि मन पवित्र होते हैं फिर वाणी पवित्र होती है। फिर वही वाणी अन्तरिक्ष में रमण करती है।

व्याख्या

जो वाक्य हम उच्चारण कर रहे हैं यह अन्तरिक्ष में रमण कर जाता है जो विद्या हम ने पाई है उस अन्तकरण के अनुकूल मेधा बुद्धि उत्पन्न होकर उस का सम्बन्ध अन्तरिक्ष से लगकर वही वाक्य उच्चारण करने लगता है। इस को मेधा बुद्धि कहते हैं।

जब मन शुभ कर्मों में लग जायेगा तो मन स्थिर हो जाता है जन्म जन्मान्तरों के संस्कार अन्तःकरण को शुद्ध कर महान उस परमात्मा से सम्बन्ध करा सकते हैं। कर्मफल अनुसार अन्तः करण में उसके संस्कार नियुक्त रहते हैं।

ऋतुकाले स्वदारेषु संगतिर्या विधानतः।
ब्रह्मचर्य तदेवोक्तं गृहस्थाश्रम वासिनाम् ॥

॥ याज्ञवल्क ॥

ऋतुकाल में अपनी धर्मपत्नी से विधि युक्त और शास्त्रानुसार केवल सन्तान उत्पत्ति के लिये समागम करने वाला पुरुष गृहस्थाश्रम में रहता हुआ ब्रह्मचारी ही है।

ऋतुः स्वाभाविकः स्त्रीणां रात्रयः षोडश स्मृताः
चतुर्भिरितरः सार्द्ध महोभिः सद्विर्गार्हितैः ॥

॥ मनुस्मृति ॥

अर्थात्—स्त्रियों का स्वाभाविक ऋतुकाल १६ सोलह रात्रिका है

अर्थात् रजोदर्शन दिन से लेकर १६ दिन तक ऋतु समय है उनमें प्रथम की चार रात्रि (जिस दिन रजस्वला हो) उस दिन से चार रात्रि निन्दित हैं इन चार रात्रियों में पुरुष स्त्री का स्पर्श न करे। स्त्री एकान्त में बैठी रहे।

ततः शुद्ध स्नातां चतुर्थेऽहन्य हतवास समलंकृतां कृत
मंगल स्वस्ति वाचना भर्तारं दर्शयेत तत् कस्य हेतोः ।२६।

फिर चौथे दिन स्नान कराके वस्त्र पहना कर आभूषण धारण करा के मंगलाचरण स्वस्ति वाचन करके वैद्य पति का दर्शन करावे। इस का कारण क्या है।
नेत्र दृष्टि—

पूर्वं पश्ये हतु स्नाता यादृशं नरमंगना
ता दृशं जनयेत्पुत्रं भर्तारं दर्शयेवंतः ।।२७।।

ऋतु स्नान करते ही पुरुष के दर्शन का कारण ये है कि ऋतु से शुद्ध स्नान करके जैसे पुरुष का पहले दर्शन करे उसके वैसी ही आकृति की संतान उत्पन्न होती है।

पुष्पवती माता का विज्ञान

नेत्र का पिछला पीला पटल जो ओज से बनता है उसके पीछे पांचों तन्मात्राएं शब्द-स्पर्श-रूप रस-गन्ध रहती हैं उसके पीछे मन मन के पीछे आत्मा उस के पश्चात् अन्तःकरण होता है। ये आत्मा अन्तःकरण में विराजमान रहता है।

ऋतुकाल (मासिक धर्म) पुष्पवती माता का अन्तः

करण कैसा पवित्र होना चाहिये जब मन के संकल्प शान्तिमय हों तो सब तन्मात्राएं मन में समा जाती हैं सारा संसार मन में समा जाता है मन बुद्धि में लय हो जाता है यह बुद्धि अन्तःकरण में लय हो जाती है ज्ञान इन्द्रियों व कर्मेन्द्रियों के समस्त विषय अन्तःकरण में लय हो जाते हैं।

उस अन्तःकरण को पुष्पवेति ज्ञान कहते हैं।

इस यंत्र में विराजमान होने वाला यह जीवात्मा है। इस दिव्ययन्त्र को चलाने वाला परम पिता परमात्मा है। यदि तुम उस परमपिता की आज्ञा का पालन करोगे तो वे तुम्हारी प्रार्थना को अवश्य स्वीकार करेंगे।

ऋतुकाल व **गर्भिणी** के नेत्र दृष्टि का प्रभाव गर्भगत बालक पर—एक स्त्री छटी बार गर्भवती हुई थी। उस स्त्री के व उसके पति के और उसके पांचों बालकों के बाल स्याह थे।

इस गर्भ के समय से प्रथम जब ऋतुकाल आया तब उस के पास एक ऐसी कन्या आया करती थी जिसके बाल चमकीले-सुर्ख, लह-राने वाले व घुंघराले इतने घने थे कि इस प्रकार के बाल बहुत कम देखने में आते हैं। वह स्त्री इस लड़की से बड़ी प्रीति रखती थी। यह उसके चित्त की अभिलाषा थी कि उसके बालक के बाल वैसे ही हों। प्रायः वह स्वप्न में भी इसी बात को देखा करती थी पांच माह बाद उसके कन्या पैदा हुई रंग-रूप में तो वह अपने माता, पिता से मिलती थी परन्तु बाल उसके वैसे ही सुर्ख थे जैसे उपरोक्त लड़की के थे।

उद्धृत आरोग्यता की नवीन विद्या लेखक डा० लुईकोहनी।

द्वितीय अध्याय

१. गर्भाशय (पेड़ू) स्तन का सम्बन्ध

स्त्री बीज

आर्त्तव स्वरूपं स्थानं च (कारण गर्भ) स्थापनं स्तन्यस्य स्वरूपं स्थानम् उत्पत्तिकाल कार्य प्रमाणञ्च

अर्थ—स्त्री बीज डिम्व ग्रन्थियों से उत्पन्न हो कर आर्त्तववहा-धमनी में आता है गर्भाशय में शुक्र कीट से मिल जाता है। गर्भ स्थापित होकर सन्तान का जन्म होता है। तव स्तनों में दूध प्रकट होता है। कारण कार्य सम्बन्ध-प्रकट होता है।

एक अंग की चिकित्सा का परिणाम

वंश परम्परा के रोगों को उत्पन्न करने का एक साधन है।

(१) २४ नवम्बर सन् १६६५ को भागवती धर्मपत्नी नागर सिंह आयु ६१ वर्ष की है। ग्राम दाहौड़ जि० मुजफ्फर नगर। जब ये भागवती देवी गर्भवती थी लगभग ३० वर्ष की आयु थी। तब बांई दूधी में फुन्सी-सन्तान जैसी दशा थी १½ वर्ष तक रोग रहा केवल एक दूधी से इस बालक (कृष्णी) को दूध पिलाया। बांई दूधी का इलाज कराया गया।

चिकित्सा—गंगाजल से दूधी धोना और आन्ने उपले की राख घी की ज्योति करके लगाने से १ दिन में ठीक हो गई थी।

(२) कृष्णी पुत्री नागर सिंह—आज आयु ३१ वर्ष के लगभग है।

कृष्णी जब १४ वर्ष की हुई तभी २ वर्ष तक रोगिणी रही। खून में गर्मी रहती थी। अब कृष्णी के ३ बालक हैं।

राजकुमार आयु १० वर्ष। ४ वर्ष से गर्मी में नकसीर आती है।

सुदेश कन्या आयु ७ वर्ष। खाज-दाद बराबर दो वर्ष से होते हैं।

रामकुमार आयु ३ वर्ष। इस समय खाज-फुन्सी हो रही है।

नोट—माता के रोग पुत्री में आये हैं और उसके रक्त की अशुद्धि फिर उस की तीन सन्तानों में आ रही है। नानी के रोग धेवती-धेवते पर आये हैं।

श्री भगवती देवी - कृष्णी और तीनों बालक मुझे दिखलाये गये सब की चिकित्सा बतला दी गई थी।

२. पेड़ू स्तन का सम्बन्ध

७ मार्च सन् ६४ ई० चान्दकौर—धर्म पत्नी पं० रामानन्द जी ग्राम चितौड़ा जि० मुजफ्फरनगर आयु ४० वर्ष की है। जो ७ बालकों की माता है। जब सातवां गर्भ था तब पांचवें महीने में पेड़ू पर दाद-खाज होने आरम्भ हुए उन पर लेप-मल्हम लगाये १ महीने में पेड़ू के दाद अच्छे हो गये और उनका प्रभाव स्तनों पर हो गया जब बालक उत्पन्न हुआ तब दूधियों की बिटनी (घुन्डी) दबाई गई तो पस राध आने लगी और दूधियों में चमला (छाजन) फैल गया। जब बालक १६ महीने का था तब २ महीने तक ज्वर भी आ रहा था उसी समय मुझे दिखाई गई गर्म मिट्टी का लेप दूधियों पर और पेट-पेड़ू पर गुनगुनी मिट्टी की रोटी दो बार

रोजाना ५ दिन १३ मार्च तक रखने से ज्वर उतर गया। और कुछ दिनों दूधियों पर मिट्टी का गाढ़ा लेप लगाया थोड़ा ही आराम आने पाया था फिर वह स्त्री गर्भवती हो गई और इलाज आलस्यवश छोड़ दिया था।

३. वंश परम्परा के रोग

२१ नवम्बर सन् १९६५ ई० को मन्दिर आर्य समाज मेरठ में एक वृद्धा ने जिसकी आयु ५० वर्ष के लगभग थी अपने पोते को दिखलाया जिसकी आयु ८ वर्ष थी जो कम सुनता था और कम बोलता था। मैंने प्रश्न किया इस बालक के माता पिता के स्वास्थ्य का पहले वर्णन करो उन्होंने अब मूल से ही कहानी सुनाई। पाठक इसे पढ़ कर कुछ शिक्षा लें तो उत्तम होगा।

वृद्धा ने कहा जब मैं तीन महीने की गर्भवती थी मुझे ज्वर रहने लगा हमारे यहां कुनैन मुफ्त आती थी बराबर ६ महीने तक खाती रही। तब लड़का पैदा हुआ तो वह कम सुनता था। जब वह १६ वर्ष का हुआ तब उसे टाइफाइड ज्वर आया। बस उसके बाद वह और कम सुनने लगा। उसके ८ वर्ष बाद विवाह कर दिया। उसकी स्त्री जो आई तो वह मिट्टी-मिर्च-मसाले सभी पदार्थ खाती रही जबकि यह बालक गर्भ में था इसलिए मेरा पोता गूंगा बहरा उत्पन्न हो गया है। इसे २ वर्ष पढ़ते हो गया कुछ याद नहीं है। मैंने उन्हें समझा दिया पिता-माता का अशुद्ध आहार द्वारा बालक के शरीर का निर्माण हुआ है जो जो उनके शुक्र वीर्य) में कमियां थीं वह इसी तरह वंश परम्परा से आ रही हैं। दादी का गर्भ में कुनैन खाना फिर माता का गर्भ में मिट्टी व मिर्च खाने से पिता के रोगों के कारण सन्तान में दोष आते रहते हैं। अन्न वीर्य का सम्बन्ध प्रथक नहीं दिखाई देता।

४. समस्त रोगों का मूल कारण एक है ।

(नकसीर व रक्त प्रदर) रोगों के एक होने की पुष्टि का प्रमाण। केलावती कन्या आयु १२ वर्ष में चेचक निकली। इलाज कुछ नहीं किया गया वह गर्मी सिर में चढ़ गई। नकसीर बराबर तीन वर्ष तक कभी २ चलती रही अब वह १५ वर्ष की हुई तो विवाह कर दिया गया। पति के घर जाने आने से नकसीर बन्द हो गई और मासिक धर्म लगातार प्रत्येक माह १० दिन होने लगा। अब इस विवाहित कन्या को इतनी निर्बलता हो गई है कि बेहोशी भी हो जाती है। इलाज—यह लोग भूत प्रेत में विश्वास रखते हैं।

पाठक—जो रक्त में गर्मी चेचक के समय बढ़ गई थी तब रक्त ऊपर की धमनियों से नाक में से बहता था। अब गृहस्थ अवस्था में निम्न आर्त्तव वह धमनियों में गर्मी परिवर्तित हो गई योनि से रक्त बहता रहता है।

५. मासिक धर्म की रुकावट का दुष्परिणाम (कर्मफल)

आज से १३ वर्ष पहले सन् १९५३ ई० में हमारे गांव के गन्ना सेन्टर पर एक चौकीदार ग्राम दादू पुर का रहता था। उसने मुझे इस घटना की सूचना दी क्या आप इन स्त्रियों का इलाज कर सकते हैं। उसने कहना शुरू किया हमारे गांव में एक स्त्री के नौ बालक हैं इसलिये उसे यह इच्छा हुई कि ऐसा उपाय किया जाय जिससे आगे की सन्तान उत्पन्न न हो। उसकी बात सुनकर चार स्त्रियां और तैयार हो गईं। सब ने सलाह करके एक दाई को बुलाया। उस दाई ने भोली माताओं को यह बात समझा दी। न फूल होगा न फल आवेगा अर्थात् न महीना होगा न बालक होगा और प्रत्येक से पांच

पांच रुपये कुल २५) लेकर एक ठन्डो दवा बनाई उसे प्रयोग किया (अन्दर रख दिया)।

फल यह हुआ—एक माता के सारे शरीर में फोड़े निकल पड़े। दूसरी के सारे जोड़ों में सूजन, दर्द आ गई खाट से उठने के योग्य न रही। तीसरी के पेड़ू में दर्द और सिर में चक्कर आने लगे, रक्त गुल्म भी हो गया। चौथी को खांसी, ज्वर की शिकायत हो गई। पांचवीं का याद नहीं है। मैंने कहानी सुनकर इलाज करने से इंकार कर दिया।

६. अत्यन्त भोगविलास का परिणाम

(नाभि का सरकना—गर्भाशय की सूजन)

हर समय ज्वर बना रहना डाक्टरों ने क्षय बतलाया

एक युवती जिसकी आयु २० वर्ष थी वह शरीर से दुबली थी उसके पतिदेव हृष्ट पुष्ट २५ वर्ष के पढ़े लिखे थे। परन्तु गृहस्थ आश्रम की जानकारी से शून्य व भोगविलास में रत रहते थे। इसी कारण वह युवती यकायक रोग में फंस गई अभी केवल गौना ही हुआ था। डाक्टरों की जांच पड़ताल-चिकित्सा आरम्भ हुई। जब ज्वर शान्त न हुआ तो डाक्टर साहब ने क्षय रोग कह कर छोड़ दिया तब लड़की के पिता को भी चिन्ता हुई। उनके मित्र एक वृद्ध वैद्य पं० शोभा राम जी थे जो उन दिनों रोहाना जि० मुजफ्फरनगर में चिकित्सा करते थे। वह युवती वैद्य जी को दिखलाई गई उन्होंने सब समाचार उस कन्या से पूछ कर देख भाल करके उसके पिता से कह दिया कि इसकी नाभि शरीर की दुर्बलता से भोगविलास के कारण अपने स्थान से सरक कर इसका गर्भाशय तिरछा हो गया है। चिकित्सा आरम्भ हुई ध्यान देकर पढ़िये।

चिकित्सा—आकाश बेल व बांसे के पत्ते, ढाक के फूल अधकुटे कर उबाल कर गर्म-गर्म (गुनगुने) पेट-पेड़ू पर बांध दिये गए। तीन दिन तक रात भर बांधे गये। प्रातः गर्म पानी के तेड़े दिये गये फिर तीन दिन तक ओखली में धान डाल २ कर कट मूसल उस युवती को दिया कि धीरे धीरे तीन बार ऊपर से नीचे चोट लगाओ नाभि अपने स्थान पर आ गई ज्वर उतर गया भोजन में गाय का दूध दिया जाने लगा। १ वर्ष बाद उसके लड़का पैदा हुआ तब वैद्य जी को सौ रु० का इनाम दिया गया।

यह घटना वैद्य जी ने मुझे आज से दस साल पहले सुनाई थी।

पथ्य—३ महीने तक पति देव से पृथक युवती पिता के घर पर रक्खी गई।

युवती कन्याओं व मातृशक्ति देवियों को महर्षि धन्वन्तरी महाराज का उपदेश

मासिक धर्म (रजस्राव) का पथ्यापथ्य

(१) रजस्वला स्त्री चार दिन कोई श्रृङ्गार व कुचेष्टा न करे क्योंकि जिस अंग का वह श्रृंगार करेगी उस अंग में रुधिर के जाने से मल अंश (विकृत अंश) साथ ही जरूर जायेगा और रोग का बीज उस अंग में बोया जायेगा और जो सन्तान इस स्त्री के इस ऋतु में उत्पन्न होगी उसके वह अंग निर्बल व रोगी होंगे। रजस्वला के अधिक काम करने से भी अवश्य दोष उत्पन्न होंगे। ऐसे जाने कि उसे ईश्वर ने प्रकृति की शुद्धि का मार्ग बनाया है। जिस प्रकार कोई हकीम व वैद्य रोगी को चैत्र (बसन्त) ऋतु में जुल्लाव देता है उस समय कोई कठोर परिश्रम नहीं करने दिया जाता रोगी एकन्त में

बैठा रहता है। इसी प्रकार रजस्वला चार दिन तक एकान्त वास करे।

नोट—पुरुष के मिलाप से सर्वथा बचना चाहिये—इस से भयंकर रोग होते हैं। मासिक धर्म की मर्यादा के उलंघन से, भोग विलास के जीवन व्यतीत करने से निर्बलता आती है उस से गर्भाशय अपने स्थान से गिर जाता है उन स्थानों में सूजन आ जाती है अर्थात् नाभि (धरण) स्थानों से सरक जाती है रजस्वला स्त्री अर्थात् (मासिक धर्म) के दिनों में निम्नलिखित कामों को त्याग दे अन्यथा (सन्तानों में रोग आरम्भ) हो जायेगा।

(२) यदि रजस्वला अवस्था में दिन के समय सोवे तो उस ऋतु में गर्भ रहे तो वह बालक बहुत सोने वाला उत्पन्न हो और काजल अथवा सुरमा लगाने से अन्धा—रोने से विकृत दृष्टि नेत्रों में विकृत पदार्थ आ जाता है। स्नान करने से दुख भरा—तेल मर्दन से कुष्टी-नख कतरने वाली का बुरे नख वाला—दौड़ने से चंचल, कंघी करने से गंजा हँसने से काले दांत काले ओष्ठ, और तालू जिह्वा वाला बहुत बोलने से बकवादी—तोप इत्यादि का धमाका सुनने से बहरा-अधिक वायु सेवन करने से उन्मत्त (मतवाला) बालक उत्पन्न होता है।

७ मासिक धर्म व खूनी दस्त

हमारे गांव की एक कन्या जिसका नाम कमला है आयु २० वर्ष ग्रीष्म ऋतु थी उसे खूनी दस्त व मासिक धर्म एक साथ होने लगे। उसकी माता ने मुझे यह हाल बतलाया। मैंने उसे तुरंत ठंडी मिट्टी की पट्टी पेट व पेड़ू पर लगानी बतलाई। दो दिन तक दिन भर में दो बार अर्थात ४ बार लगाई गई। खूनी दस्त बन्द हो गये और

मासिक धर्म हुआ पेड़ू में किसी प्रकार का दर्द नहीं हुआ। एक बात बीच में और हुई एक दिन सारे शरीर में दर्द सा मालूम होने लगा। उस दिन भाप लगा दी गई पसीने आ जाने से सारा शरीर शुद्ध हो गया। उसी समय मिट्टी की रोटी फिर रख दी गई।

१०. मुटापा और मासिक धर्म व अजीर्ण (कब्ज) का रहन।

सावित्री धर्मपत्नी मा०राधेश्याम जी सुराणा जिला मेरठ जिनकी आयु उस दिन ३० वर्ष थी १२ नौम्बर सन १६६२ ई० को सिहानी मेरे पास आई जिन का छोटा आपरेशन डा० चड्ढा बुढ़ाना दरवाजा मेरठ शहर में हो चुका था और डेढ़ महिने तक हास्पिटल सफदरगंज देहली में बिजली लग चुकी थी और नलों में हवा भर कर मछली वाला देहली में एक्सरे कराया। इन्हें १० वर्ष से गर्भ नहीं रहा था मासिक धर्म कमी से होता था जो तीसरे दिन बिलकुल बन्द हो जाता था। पेट पर चरबी चढ़ी हुई थी।

चिकित्सा विधि:— १६ नौम्बर सन् १६६२ ई० से चिकित्सा आरम्भ हुई पेट, पेडू पर मिट्टी की गर्म रोटी रोजाना दो बार लगाई जाने लगी तीसरे दिन गर्म पानी की भाप बना कर खाट पर लिटा कर लगाई जाने लगी। ठीक २६ वें दिन ११ दिसम्बर से १४ दिस० सन् ६२ तक चार दिन मासिक धर्म ठीक हो गया।

नोट:—मासिक धर्म के कारण ११ दि० से १५ दि० तक इलाज बन्द १६ दि० सन १६६२ ई० से इलाज शुरू हो गया फिर ७ जनवरी सन् ६३ ई० से टट्टी दो बार आने लगी थी। जो कई वर्ष से अजीर्ण रहता था इलाज २ महीने चला था। प्रथम मासिक धर्म ठीक आने लगा। द्वितीय मास में पुराना कब्ज जाता रहा।

११. दुर्बल शरीर स्त्री

एक स्त्री जिस का नाम वेद कान्ति धर्म पत्नी बा० अमरनाथ जी ग्राम सिहानी जिला मेरठ की हैं जिनकी आयु २२ वर्ष उस समय थी २॥ वर्ष से गर्भ नहीं रहा था मासिक धर्म भी केवल डेढ़ दिन होता था। शरीर दुर्बल रक्त की कमी ही इसका मुख्य कारण था। इस की चिकित्सा देहली अस्पताल में १२ दिन बिजली द्वारा हो चुकी थी। चूंकि इसके गर्भाशय में सूजन बतलाई गई थी। इसको १ वर्ष व्यतीत हो गया था। आराम कोई किसी भी चिकित्सा से नहीं आया इसे २ अक्टूबर सन् १९६२ को मुझे दिखलाया गया। उसी दिन सायः मासिक धर्म आरम्भ हो गया ३ अक्टूबर को रह कर ४ अक्टूबर सन् १९६२ ई० को पवित्र हो गई। इसके पति भी १४ अक्टूबर तक घर पर रहे थे। बस इसी ऋतु काल में संभोग का अवसर भी प्राप्त हो गया। और मेरा बतलाया इलाज भी १४ अक्टूबर को ही आरम्भ कर दिया गया।

पथ्य—रक्त की कमी थी इस कारण प्रातः सायः गाय का दूध आध आध सेर मोल आने लगा। उबाल कर चीनी डाल पीने लगी। भोजन केवल दोपहर को होता था। क्योंकि रोगिणी की भूख भी कम रह गई थी।

चिकित्साः— तीन वार गर्म मिट्टी की रोटी पेट पेड़ू तक आध आध घण्टे रक्खी गई १८ दिन का इलाज अर्थात् ३१ अक्टूबर दिन से दो बार टट्टी प्रातः सायः आने लगी। अब इलाज केवल २ वार गर्म मिट्टी की पट्टी रक्खी जाने लगी ८ नवम्बर को फिर जांच की गई। उसकी सास ने बतलाया कि आज ३६ दिन चढ़ गये हैं। गर्भ का ध्यान बन्धने लगा। अर्थात् गाय का दूध मिट्टी का इलाज होने से.

गर्भ पुष्ट होने लगा। दिसम्बर में भी जांच की गई। फिर वह देवी अपने पीहर चली गई वहां दूध गाय का था। १५ जनवरी सन् १९६३ ई० को मैं चौ० अमरनाथ जी के मकान पर गया वहां उनकी माता ने बतलाया कि वह कुशल पूर्वक है। और गर्भवती है। आगे का पता नहीं मैंने सिहानी ग्राम २७-१-६३ को छोड़ दिया था।

चिकित्सा का फलः—पाचन क्रिया के ठीक हो जाने पर गर्भाशय पुष्ट होता गया क्यों—क्योंकि गर्भाशय, पित्ताशय, पक्वाशय के मध्य नाभि केन्द्र पर है।

पृथिवी, गाय, मातृ शक्ति महिलाओं, इन तीनों के योग से समस्त रोग मूल सहित नष्ट हो जाते हैं।

१२. मासिक धर्म के मध्य संभोग से रोगों की उत्पति

त्वचा का वीर्य से सम्बन्ध के उदाहरण

प्रवृत हुए दो शुक्र शोणित रूप बीज के परिपक्व होते हुए सात त्वचाऐं वनती हैं, जैसे दूध को पकाने से उस पर मलाई आ जाती है

(१) मासिक धर्म (पुष्पवती) कहते हैं इसे गांव में फूल कहते हैं एक पुरुष आयु २७ वर्ष है जब युवा हो गया वह गाने बजाने से अधिक भोग बिलास का जीवन व्यतीत करता है मासिक धर्म के दिनों में धर्मपत्नी के पास गया उसके ऐसे करने से शरीर में सफेद चिन्ह हो गये हैं जिसे श्वेतकुष्ट भी कहते हैं गांव में फूल भी कहते हैं। ये रक्त की अशुद्धि संगम के कारण त्वचा में प्रवेश कर गई है। प्रकृति का पुरुष पर तुरन्त प्रभाव पड़ता है। सभी पुरुषों को इस

कुकर्म को त्याग देना चाहिये पुरुष के रोगी होने पर स्त्री पर भी वही प्रभाव पड़ता है। दोनों के शरीर की अशुद्धि से सन्तानों में रोग आ रहे हैं।

(२) अब्दुल वहाद आयु १६ वर्ष अपनी धर्म पत्नी के पास गये उसी दिन मासिक धर्म आरम्भ हुआ था। संगम किया। उसी समय बेहोशी आ गई दो दिन तक हकीम का इलाज रहा तब तबियत ठीक हुई। धर्म पत्नी पहले से रोगिणी रहती है। उनके रक्त में इतनी गर्मी है कि मासिक धर्म ८ या १० दिन महिने में होती है। इस देवी के कमर में पेट में दर्द उसी दिन से रहता है। श्वेत प्रदर की शिकायत भी जो पहले से थी। बढ़ गई है। क्योंकि गर्भाशय की श्लेश्म कला (झिल्ली) कमर के त्रिक स्थान से बंधी रहती है।

(३) रूपचन्द हरिजन ग्राम जिसौला जिस की आयु आज ५० वर्ष है आज से १३ वर्ष पहले अपनी स्त्री के पास ऐसी दशा में गया जब उसे मासिक (रजस्त्राव) आरम्भ हो गया था। उसी के फल से कन्धे से कोहनी व हाथ तक छाजन आज १३ वर्ष से मौजूद है।

(४) चौ० सहदेव जी मास्टर साहब छुट्टी पर घर पहुंचे। धर्म पत्नी को मासिक स्राव आरम्भ था। उसी दिन भोग किया प्रातः काल होते होते तेज ज्वर चढ़ गया २ दिन के बाद स्वप्नदोष हो गया उसी समय ज्वर भी उतर गया।

(५) धन्नू नाई अम्बाला छावनी जिस की आयु ४२ वर्ष की अब है २२ वर्ष की आयु में धर्म पत्नी के पास गया था जब कि वह मासिक धर्म से थी संभोग करते समय इसे ऐसा लगा जैसा स्पर्श इन्द्रियां (इन्द्री) द्वारा रक्त हृदय तक चला गया आज २० वर्ष हो गये अब तक हृदय में धड़कन रहती है अनेक इलाज करने पर भी कोई आराम नहीं आया है।

नोटः—सब पति इस बात को कहते हैं कि स्त्रियां बराबर इन्कार करती हैं क्योंकि ये प्रकृति की ओर से शरीर शुद्धि का अवसर आरोग्य देवी से प्रति मास २७ वें दिन आता है। चन्द्रमा २७ नक्षत्र से ही पूर्ण कला को प्राप्त करता है।

मासिक धर्म में रुकावट से रोग

(६) सावित्री धर्मपत्नी घनश्याम जिसकी आयु आज ४० वर्ष की है। १६ वर्ष की आयु में ही रजस्राव महिने में २ बार होते थे किसी उपचार से ठीक हो गये अब विवाह हो गया फिर मासिक धर्म में गर्मी बढ़ जाने से अधिक रक्त आने लगा अब आयु २७ वर्ष की हो गई थी किसी वैद्य से कोई दवा भी प्रयोग करके मासिक धर्म का रक्त कम बहने लगा अर्थात् रक्त अशुद्ध का प्रकोप त्वचा तक पहुंच गया केवल एक संतान इस समय हुई थी। जो आज है रक्त अशुद्ध से एक वर्ष के भीतर त्वचा श्वेद हो गये जिसे फूल भी कहते हैं।

इसी अशुद्धि की दशा बराबर रही पतिदेव भी संगम करते रहते हैं। उनको छाजन (एक्जिमा) की बीमारी हो गई है।

नोटः—जब दोनों में से एक आतशिक रोग जैसी दशा को उत्पन्न करते हैं तब दोनों को त्वचागत रोग होकर कुष्ट भयंकर फोड़े कैंसर इत्यादि का जन्म होता है।

तृतीय अध्याय

आरोग्यता का मूल

ओ३म् ऋतञ्च सत्यञ्चाभीद्धात्तपसोध्यजायत

ऋग्वेद मण्डल १० सू० १६० मं० १ का अंश

(ऋतु) प्राकृतिक नियम (सत्यं) जीव सम्बन्धी नैतिक, सामाजिक आदि नियम (अभीद्धात) सब ओर प्रकाशमान (तप० सः) तपोमय ज्ञानमय परमेश्वर से (अध्यजायत) उत्पन्न हुआ।

ऋतम्भरा तत्र प्रज्ञा

ऋत नाम सत्य का है और भरा के अर्थ धारण करने वाली के हैं अर्थात् यह प्रज्ञा सत्य को धारण करने वाली होती है। सत्य और ऋत में इस प्रकार का भेद समझ लेना चाहिये आगम और अनुमान द्वारा जो यथार्थ ज्ञान प्राप्त होता है अर्थात्

वह ऋत्य है

और साक्षात् करने के पश्चात् जो यथार्थ ज्ञान प्राप्त होता है। अर्थात् वह क्रत है।

अर्थात् ऋत का अर्थ साक्षात अनुभूत सत्य है।

(समाधिपाद पू०) ऋतम्भरा प्रज्ञा से उत्पन्न होने वाला संस्कार अन्य दूसरे संस्कारों का प्रतिबन्धक (रोकने वाला) होता है।

संस्कार–किसी द्रव्य को उत्तम स्थिति में लाना इसे ही संस्कार कहते हैं। संस्कारविधि से संस्कार करने चाहियें।

भीष्म पितामह का धर्मराज युधिष्ठिर महाराज को उपदेश

—महाभारत शान्ति पर्व मोक्ष धर्म

(१)

त्वङ्ग मासं रुधिर मेद पित्तं मज्जास्थि स्नायु च
अष्ठौ तान्यथ शुक्रेता जानीहि प्राकृतानि वै

त्वचा, मांस, रक्त, मेद, पित्त, मज्जा, अस्थि, स्नायु ये आठों वस्तु वीर्य से उत्पन्न हुई हैं। और

(२)

भूख, प्यास, नींद, मल, मूत्र, अधोवायु
छींक, डकार, जम्भाई, वमन, आंसू, हंसी

इन १२ वेगों को जो मनुष्य समय पर पूर्ण नहीं करते उन्हें अस्वाभाविक शुक्र के वेग से शरीर में लहर (तरंग) आती है बस यही रोग का मूल कारण है।

ये शुक्र (वीर्य) अन्न से उत्पन्न होता है। अतः सात्विक आहार होना चाहिये।

सूक्ष्म शरीर—अन्न के रस वीर्य से रचा जाता है।

स्थूल शरीर—अन्न से बनता रहता है।

अतः—अन्न वीर्य के विज्ञान को जान कर निद्रा श्रम के नियम पालन करने चाहिये। ये शरीर के चार ही स्तम्भ हैं जिन पर ये ठहरा है।

(शरीर व आत्मा नाभि चक्र)

(३)

नौद्वार (दस इन्द्रियों) का शासन मन करता है और मन का शासन करने वाली बुद्धि है, बुद्धि को शासन में करने वाली आन्तरिक भावनाएं हैं, आन्तरिक भावनाओं में वह आत्मा विराजमान है जिस में उस चेतन स्वरूप का प्रतिबिम्ब भी उसी के साथ साथ चला आ रहा है।

(४)

संस्कार--पूर्व जन्म के संस्कार नाभिचक्र को स्पष्ट करने से होता है अर्थात् पूर्व जन्म के सस्कारों का सम्बन्ध वायु से व अन्तःकरण से और स्मृतियों से होता है।

संगम वृति अधिनायक करणों नाभिचक्राः

भावार्थ--नाभिचक्र द्वारा राजा का अधिकार संगम की भावनाओं का है वही शरीर का केन्द्र है जहां धर्म पूर्वक न्याय का स्थान, समस्त नाड़ियों का संगम है।

राजा--अर्द्धांगनी के धर्म (ऋतु) पवित्र भाव को पूर्ण करता है सन्तानों की रचना उत्पत्ति का कारण भी यही चक्र है जो सात धातुओं को बनाने का साधन व आठ आशयों का निर्माण करता है। शरीर के राजा (वीर्य) का पूर्ण अधिकार है। जो ब्रह्मचर्य से सजा हुआ है। इस की कमी से ही आत्मा के रोग काम कोध्र-लोभ गृहस्थ धर्म के नियमों का ठीक पालन न करने से उत्पन्न होते हैं। शरीर व आत्मा दोनों का संगम स्थान नाभिचक्र ही है।

नाभिचक्र—पेड़ू का शुक्र जब नाभिचक्र में जो अमृत कुण्ड है वहां सूर्य किरण सुषुम्णा द्वारा पकता है जो ब्रह्मचर्य से पूर्ण होता है यहां ओज बन जाता है। वही ओज समस्त अंग की प्रत्येक सैल में तेज, बल देता है। इसी लिये इसे मणिपूरक चक्र कहते हैं।

नेत्र ज्योति—वही ओज नेत्र का पिछला पीला पटल है उसमें प्रकाश देता है और वही ओज हृदय का सर्वाधार है।

वही ओज—(प्रकृति-जीव-बुद्धि) इन की शुद्धि-पुष्टि करने वाला है। ऋतुमती महिला ऋतम्भरा मेधावी बुद्धि की जननी है। ऋतु स्नान के पश्चात जिस रंग रूप वाले पुरुष के प्रथम दर्शन करती है उसी की आकृति उसके हृदय में अंकित होती है। फिर संगम से शुक्र शौणित के गर्भाशय में मिलने से विधिवत गर्भ स्थापित होता अर्थात् (प्रकृति व जीव) का मिलान बुद्धि पूर्वक होता है। इसलिये चिकित्सा का स्थान नाभि का शिराकर्म व पेड़ू तक है। शरीर का मध्य स्थान है। उषा काल में शुक्र उदय होता है सूर्य किरणों में विलीन होकर ओज से तेज को उत्पन्न करता है वही तेज पृथिवी, चन्द्रमा को प्रकाशित करता है।

आदित्य वसवों रुद्रः विश्व देवा मरुतगण

सूर्य में प्राण बसते हैं और समस्त वायुओं (४६) वायु का स्थान है हमारे शरीर का शुक्राशय (मूलाधार) पेड़ू में जनेन इन्द्रियों का स्थान है। ये शुक्र (नाभिचक्र) के मध्य सूर्य किरण सुषुमणा द्वारा अमृत पकता है। तब ये ओज हृदय में रह कर महतत्त्व जठराग्नि मस्तिष्क, समस्त अंगों को पोषण, पुष्ट करता है।

सत्वरजस्तमसा साम्यावस्था प्रकृति

सांख्य दर्शन

महानात्मा त्रिविधो भवति सत्त्वं रजस्तम इति। सत्त्वं तुमध्ये विशुद्धं तिष्ठत्यभितो रजस्तम सी इति। —निरुक्त

सत्त्व प्रधान है और सत्त्व में रज क्रिया मात्र और तम उस क्रिया को रोकने मात्र काम कर रहा है। चूंकि चित्त त्रिगुणात्मक विषय परिमाण है अतः उसके द्वारा गुणों के साम्य परिणाम का साक्षात्कार नहीं हो सकता।

व्याख्या – महर्षि दयानन्द जी ने लिखा है। (प्रकृति-बुद्धि-जीव) तीनों मिल कर एक समिधा है (प्रकृति) पुरुष का शुक्र (सत) स्त्री का रज जो प्रकृति से शुद्ध हो गया हो (मासिक स्राव) से जब शुद्ध परिपक्क गर्भाशय (तम) में मिलते हैं तभी प्रकृति (गुण-कर्म-स्वभाव) से बुद्धिपूर्वक गृहस्थ का कर्त्तव्य पूर्ण होता है (सत+रज+तम) तीनों का मिलना वैज्ञानिक रसायनिक क्रियाओं की पूर्ति वा साधन है।

शुद्ध परिपक्व वीर्य को ही रेतः कहते हैं

रेतः का अर्थ है—रीयते (री गतिरेषणयोः) इति रेतः (उण० ४।२०२) जिसका तात्पर्य है गतिशील व्यापक होने वा घुस जाने वाले पदार्थ। रेतः का साधारण अर्थ वीर्य किया जाता है। वीर्य में भी गतिशील वीर्यकण (Spermatozoous) होते हैं। वही अपनी गति शक्ति से अन्दर बहुत दूर गर्भाशय के रजकणों में घुस कर उत्पति करते हैं। रक्त कण में स्वकीय कोई गति नहीं होती वीर्य कण में होती है इसी कारण वैदिक भाषा में इस तत्व को वीर्य न कह कर रेतः कहा है जो अधिक वैज्ञानिक शब्द है। इसी की रक्षा पुष्टि से अन्तःकरण पवित्र होकर मनुष्यउत्तम सन्तान को पाता है।

आर्त्तव वहे द्वे तयोर्मूलं गर्भाशय आर्त्तववाहिन्यश्चधमन्य:

आर्तववह स्रोतदो हैं जिन्हें (Fallopian tubes) कहते हैं इनका मूल गर्भाशय तथा आर्तववाहिनी धमनियां हैं। वह आर्त्तव (आर्त्तव उप लक्षित डिम्ब) जो कि एक मास से परिपक्क होता हुआ पूर्ण हो जाता है, समय पर वायु दोनों धमनियों से प्रेरित करके योनिमुख की ओर ले आता है और इसी समय गर्भाशय से रक्त भी मासिक स्राव के रूप में प्रकट होता है। यह रक्त किंचित कृष्ण वर्ण का तथा विकृत गंध वाला होता है। जो प्रति मास ४ व ५ दिन बहता है। इसके पश्चात् संभोग समय स्त्री बीज (डिम्ब) डिम्ब ग्रन्थियों से उत्पन्न आर्त्तववहा धमनी से होता हुआ गर्भाशय की ओर आता है। शुक्र कीट अपनी तेज गति होने के कारण डिम्ब को प्राय: आर्त्तववहा धमनी में पकड़ लेता है वहां शुक्र कीट और डिम्ब आपस में मिल जाते हैं। यहां से यह बीज रूप होकर गर्भाशय रूपी क्षेत्र में आता है और वहां अंकुरित होना आरम्भ हो जाता है। जीवात्मा सूक्ष्म लिंग शरीर के साथ (प्रकृति) के सत्त्व रज तम गुणों से पूर्ण देव असुर आदि अनेक भावों से युक्त तत्काल वायु से प्रेरणा किया हुआ सूर्य किरण सुषुम्ना नाडी द्वारा कर्मफल अनुसार प्रथम पिता के हृदय में आता है फिर संभोग समय गर्भाशय में प्रविष्ट होकर स्थित होता है तब सूर्य किरण उसे छोड़ देती है फिर वही जीव दस चन्द्रमास में उत्पन्न होता है। इस का प्रत्यक्ष उदाहरण मुर्गा, मुर्गी से प्रकट होता है। जो अन्डे मुर्गी मुर्गे से मिल कर उत्पन्न करती है उन अंडों को मुर्गी के नीचे २१ दिन रखने से बच्चा पैदा होता है।

जो अंडे मुर्गी बगैर मुर्गे के देती है वह अंडे मुर्गी के नीचे रखने पर सड़ जाते हैं क्योंकि उनमें जीव नहीं होता। ये अंडे निर्जीव होते

हैं। इन्हें गांव में खाकी अंडा कहते हैं। इसी प्रकार जब मनुष्य की मृत्यु होती है तो जीव निकलते ही शरीर सड़ने लगता है। इसी से सिद्ध होता है कि जीव गर्भ में संभोग समय प्रविष्ट होकर स्थित होता है।

१. पिता के द्वारा जीव गर्भ में आता है

प्रश्न—कोई-कोई ये शंका करते हैं कि जीव गर्भ में चौथे मास आता है। इसका ये उत्तर है कि जीव के बिना गर्भ ठहर ही नहीं सकता (सड़ जाता है)

उपरोक्त व्याख्या से प्रमाणित है जो प्रत्यक्ष ही है।

पांचवें मास में सीमान्तोनयन्न संस्कार करना चाहिये

मस्तिष्क व मानसिक शक्तियों की उन्नति करना इस संस्कार का उद्देश्य है

पञ्च सन्धयः शिरसि विभक्ताः सीमन्ताः।
तत्राघातेनोन्माद भय चेष्टा नाशैर्मरणम्॥

सुश्रुत शरीर स्थान अध्याय ६ श्लोक ६८

शिरोऽस्थि की पांच सन्धियां सीमन्त नामक मर्म है

उनमें चोट लगने से उन्माद (पागलपन) भय तथा चेष्टा नाश होकर मृत्यु होती है।

दोहद युक्त गर्भस्थ शिशु के होते हुए माता की विशेष पदार्थों में इच्छा का नाम दोहद है।

इस समय गर्भ हृदय और मातृ हृदय होने के कारण द्वि हृदया स्त्री होती है।

दोहद की पूर्ति न करने से गर्भिणी कुबड़ा, लूला, लगड़ा विकृत आंखों वाला, अन्धे पुत्र को जनती है।

गर्भिणी स्त्री का जो जो अंग रोगी होता है गर्भस्थित बच्चे का भी वही-वही अंग रोगी हो जाया करता है।

चतुर्थ अध्याय

गर्भिणी देवियों का पूर्ण चिकित्सा विज्ञान

ज्ञान गर्भ लेख

चार्ली एन्ड्रूज ने श्री विलियम लाफ्टूस हेयर का एक ज्ञान-गर्भ लेख मेरे पास भेजा है जो 'ओपेन कोर्ट' नामक मासिक पत्र के मार्च १६२६ के अंक में प्रकाशित हुआ था। लेख का विषय 'जनन और पुनर्जनन' है और वह तर्क-युक्तियों से पूर्णपोषित शास्त्रीय लेख है। लेखक ने दिखाया है कि सभी सप्राण पिन्डों, सभी प्राणियों की देहों में दो तरह की क्रियाएं सदा होती रहती हैं--शरीर को बनाने के लिए भीतरी उत्पादन और वंश-रक्षा के लिए बाह्य उत्पादन। पहली क्रिया को वह पुनर्जनन रीजेनरेशन) और पिछली को जनन (जेनरेशन) कहता है। 'पुनर्जननन की क्रिया-- भीतरी उत्पादन व्यक्ति-जीवन का आधार है, इसलिए आवश्यक और मुख्य कार्य है। जनन-क्रिया कोषों के आधिक्य का परिणाम है, इसलिए गौण कार्य है। जीवन का नियम है कि पहले पुनर्जनन के लिए बीज कोषों का पोषण किया जाय, फिर जनन के लिए।

पोषण की कमी हो तो पुनर्जनन की क्रिया पहले होगी और जनन की क्रिया बन्द रखी जायेगी। इससे हम जान सकते हैं कि जनन क्रिया के विराम की जड़ कहां है और वह कहां से चलकर हमारे ब्रह्मचर्य और तपस्या के जीवन तक पहुँची है। आन्तरिक उत्पादन की क्रिया कभी बन्द रह ही नहीं सकती, उसके बन्द रहने का अर्थ मृत्यु होगा।

उभयलिंग प्राणी से लिंग-भेद की उत्पत्ति का इतिहास हम छोड़ देते हैं, क्योंकि यह विकास-क्रम निर्विवाद तथ्य है। पर उभयलिंग प्राणी की उत्पत्ति के साथ एक नई बात पैदा हो जाती है जिसकी चर्चा आवश्यक है। उभयलिंग प्राणी के दोनों अर्द्ध भाग-'नर' और 'मादा'–दो पिंड तो हो ही जाते हैं, हर एक अलग से बीज-कोष भी पैदा करने लगता है। नर-भाग बीज-कोष या शुक्र-कीट बनाकर आंतरिक जनन का पुराना बुनियादी काम बदस्तूर किया जाता है। पर उन्हें पृथक करने के बजाय इस उद्देश्य से बटोर रखता है कि शुक्र-कीट उनमें प्रविष्ट होकर गर्भाधान करें। दोनों अवस्थाओं में पुनर्जनन की क्रिया व्यक्ति के लिए अनिवार्य आवश्यक है। गर्भ स्थिति के बाढ़ से भीतरी पुनर्जनन की क्रिया प्रतिक्षण बढ़ती जाती है। मानव-प्राणी के पूरी बाढ़ को पहुंच जाने पर सन्तानोत्पादन हो सकता है, पर वह केवल जाति के हितार्थ होता है, व्यक्ति का हित उससे होना जरूरी नहीं है। निम्न कोटि के जीवन की तरह यहां भी आन्तरिक जनन रुक जाने का अर्थ मृत्यु होता है। यहां भी व्यक्ति और जाति के हित एक दूसरे के विरोधी होते हैं। व्यक्ति के पास बीज-कोषों की फाजिल पूंजी न हो तो सन्तानोत्पादन में उसे खर्च करने से पुनर्जनन या आन्तर उत्पादन की क्रिया को कुछ आवश्यक सामग्री की कमी पड़ जायगी। सच तो यह है कि सभ्य मानव-समाज में सम्भोग वंश-रक्षा की आवश्यकता से कहीं अधिक

और भीतरी पुनर्जनम की क्रियाएँ अड़चन डालते हुए किया जाता है, जिसका फल रोग, मृत्यु और दूसरे कष्ट होते हैं।

नोट:—शिकागो अमरीका के 'ओपेन कोर्ट' नामक मासिक मार्च १९२६ के अंक में प्रकाशित।

उद्धृत–अनीति की राह पर (संयम बनाम भोग) लेखक महात्मा गांधी

गर्भाशय का अपने स्थान से टल जाना व पेड़ू में सूजन कमर में दर्द

८ अक्तूबर सन् १९६५ ई० ब्रह्मादेई धर्मपत्नी विशम्भर गांव का है। ब्रह्मादेई की आयु इस समय ४५ वर्ष की है। १५ बालक अब तक पैदा हुए हैं। केवल ३ बालक जीवित हैं १२ बालक मर गये हैं इस बार असाढ़ में सात महीने का बालक पैदा हुआ जो तत्काल मर गया। इस बार गर्भाशय अपने स्थान से टल गया अर्थात् बाहर की ओर झुक गया था। आज पूरे २ महीने हो गये थे वह पुरुष मेरे पास आकर सब हाल कहने लगा।

आप समझिये कि नलों में सूजन आने से अपने स्थान से गर्भाशय बाहर की ओर निकल आता है।

इलाज—(१) पांच दिन तक आकाशबेल को गर्म पानी में उबाल कर रोजाना भाप बनाकर खाट पर बैठ कर पेड़ू को भाप लगानी बतलाई।

नोट—आकाश बेल जो कीकर इत्यादि पेड़ों पर ऊपर पीले रंग की रस्सी तुल्य फैली रहती है इसे अमरबेल भी कहते हैं।

और (२) २१ दिन तक मिट्टी की गर्म पट्टी तीन वार प्रति दिन एक एक घन्टे तक लगाई गई सूजन उतर गई गर्भाशय ठीक अपने स्थान पर हो गया।

(३) पुरुष को ब्रह्मचर्य की बात भी कह दी गई।

जब पुरुष व स्त्री दोनों में से एक रोगी रहता है तब बालक पैदा तो होते रहते हैं परन्तु वे ५ वर्ष की आयु तक मर जाते हैं और जब दोनों रोगी होते हैं तब तो गर्भ ठहरना ही दुर्लभ होता है।

(गर्मी की ऋतु)

खांसी-श्वांस की रोगिणी जिसको छः महोने का गर्भ था

बात कौर धर्म पत्नी नौवत कुम्हार गांव गालिब पुर जि० मुजफ्फर नगर आयु ४० वर्ष मई १९६० ई० का महीना था। इसको जब खांसी उठती थी तो रोटी के टुकड़े कै में निकल जाते थे श्वांस ऊपर नीचे हो जाता था इसको मिट्टी की रोटी ठन्डी बतलाई गई। २ महीने तक २ बार एक एक घन्टा रोज पेट पेडू पर रक्खी गई। दो दिन बाद आराम आने लगा। ढाई महीने इलाज करने से पूर्ण आराम आ गया। फिर पूरे ९ मास में लड़का पैदा हो गया कोई कष्ट प्रसव में नहीं हुआ। वह लड़का आज ६ वर्ष का है सब बच्चों में आरोग्य है।

(जाड़ों की ऋतु)

श्वांस की रोगिणी जिस को चार महोने का गर्भ था

परसन्दी धर्मपत्नी केवल कौम हरिजन ग्राम ककराना जि० मेरठ जिसकी आयु ४० वर्ष के लगभग है मेरे पास कस्बे पिलखुवा जिला

मेरठ में २ जनवरी सन् १९६१ ई० को इलाज के लिए आई। उसको नींद भी कम थी। और जो रोटी खाती थी वह खांसी उठने पर कै में निकल जाती थी। उसे लगभग वही चिकित्सा बतलाई जो पुरुषों को बतलाई जाती थी। गर्म मिट्टी की पट्टी ३ बार पेट-पेड़ू पर, छाती पर तिल का तेल लगाना—तेल, मिर्च, गुड़, खटाई बन्द। गाय का दूध भी बतलाया रात में रोटी बन्द करके गाय का दूध इच्छानुसार दिया गया। इस इलाज को १ महीने करने से भोजन पचने लगा। कोई खासी नहीं आई न रोटी के टुकड़े निकले। प्रसव (बच्चा जनने) में कोई कष्ट नहीं हुआ अबकी बार आसानी से जच्चा ने बच्चे को जन्म दिया। लड़का पैदा हुआ। प्रसव काल गर्मी की ऋतु में हुआ उसको गाय का दूध ही आरम्भ में दिलवाया गया। उसका पात जुलाई १९६१ ई० में मिला जच्चा व बच्चा दोनों के कुशल के समाचार बतलाये।

मांसाहारी गर्भिणी के रोग व पूरी चिकित्सा पथ्य लाभ

६ जून सन् १९६४ ई० नसीवन धर्म पत्नी मजीद जुलाहा ग्राम गालिबपुर ने अपनी स्त्री को दिखलाया जिसकी आयु ४० वर्ष है। ये गर्भिणी थी सातवां महिना चल रहा था। पेचिश दो महिने से थी मांस व मछली का सेवन होता था। सब हाल सुनकर बतला दिया

अपथ्य—मछली मांस तीतर इत्यादि सब बन्द करा दिया गया और पथ्य सादा दाल, साग रोटी, दलिया, साबुदाना बतलाया गया मिर्च, मसाले गर्म वस्तुओं को छुड़ा दिया गया चिकित्सा विधि इस प्रकार आरम्भ कराई गई दिन में तीन बार सुवह, दोपहर में सायं लेकिन रात में नींद की कमी थी रात में भी दो व तीन बार

चिकित्सा की जाती रही। केवल जोहड़ के गालों का गारा बना कर पेट, पेड़ू पर हर बार १ घण्टा तक कभी आध घण्टे बराबर प्रसव काल से १ दिन पहले तक रक्खा गया। किसी दिन आराम रहा तो २ दिन को इलाज बन्द भी कर देती थी। इस तरह से चिकित्सा लगभग ३ महिने चली। लड़का ६ सितम्बर सन ६४ ई० को पैदा हुआ। इस माता की नवी, सन्तान है इसबार प्रसव (जनेपा) का कार्य आसानी से हो गया। १४ सितम्बर को फिर मजीद आया दूधियों में दूध की कमी है। उसी दिन फिर यह इलाज बतलाया कि जच्चा को दूध दिया जाय केवल ३ बार मिट्टी की ठण्डी पट्टी पेट, पेड़ू पर लगाई जाय १० दिन फिर इलाज जारी रहा। दूध ठीक दशा में उतरने लगा। आज १६-७-६६ को उसके घर जांच करने मैं स्वयं गया। बच्चा आरोग्य है। लड़के के पिता ने बतलाया कि सब बच्चों को १ वर्ष के अन्दर फुन्सियां व माता, घाम निकलता था। यह लड़का ठीक है मुझे दिखलाया गया जो आज १ वर्ष १० महिने का है। लाभ इस चिकित्सा से गर्भिणी के सब रोग नष्ट हो गये और प्रसव बगैर किसी पीडा के हो गया। प्रसूता के दूध में जो कमी गर्भावस्था में पेचिश के कारण आई थी। वह भी पूर्ण हुई। चिकित्सा शत प्रतिशत सफल रही क्योंकि पथ्य चिकित्सा ठीक विधि विधान पूवक होती रही। रोगिणी स्वयं घर पर चिकित्सा करती रही।

गार्भिणी जिस को आतशिक का रोग था

बिसमिल्ला धर्म पत्नी मनव्वर जो ७ मास की गर्भवती थी १२-१-६६ को देखी गई उसे आतशिक का असर पूर्ण था। योनि में फुन्सियां निकल रही हैं। उनमें पीव निकलता था। और दोनों बगलों में ककियारी थीं इस दशा में भी उस मूर्ख पुरुष को ब्रह्मचर्य से रहने को समझाया।

चिकित्सा—

(१) गर्म मिट्टी की पट्टी पेट पेड़ू पर तीन बार लगाई गई

(२) सिटिसबाथ अर्थात् योनि का होठ नीचे से ऊपर को रोजाना दो बार गुन गुने जल से धोया गया।

(३) पथ्य मिर्च लाल खाने से खासी भी रहती थी। उसे छोड़ देने को बतलाया गया।

२० दिन में सारा पस बह-बह कर योनि द्वार शुद्ध हो गया। नवें मास पूर्ण होने पर प्रसूत अवस्था ठीक तरह हो गई। लड़की पैदा हुई।

आज ७-८-६६ को मुनव्वर मिलने आया तब ककियारी की बात कहीं वे अभी तक ६ महिने से वैसी ही हैं।

उनका इलाज—ककियारी की जगह गर्म जल की भाप, गर्म मिट्टी की टिकिया पेट, पेड़ू पर ठंडी मिट्टी की रोटी रखनी बतलाई।

गर्भिणी का मांसाहार और उसका रोग

मैं जून सन् १९६४ ई० को ग्राम चांदसमद जि० मुजफ्फर नगर में गया एक स्थान पर रोगी इकट्ठे हो गये उनमें कुछ हरिजन स्त्रियां भी थीं उनमें से केवल एक गर्भिणी स्त्री का हाल लिखा जाता है जिसकी आयु २५ वर्ष थी और २ बच्चों की मां थी। इस समय ७ महीने का गर्भ था उसके सारे बदन में खाज आती थी खुजाने से ददोड़े (चकते) बन जाते बदन से अग्नि सी निकलती थी। नींद भी कम हो रही थी। मैंने उससे प्रश्न किया कि तुम क्या भोजन करती हो। उसने कहा कि मैं सुअर का मांस भोजन में खाती हूं मिर्च मसाला

भी अधिक। मैंने कहा कि इसी कारण रक्त में अत्यन्त गर्मी बढ़ रही है। उस स्त्री ने यह कहना शुरू किया कि २ बच्चे और भी हैं उनकी वार मुझे यह तकलीफ नहीं हुई। हमने कहा ये गर्मी की ऋतु है इसलिए मांस ने अधिक गर्मी को बढ़ा दिया।

नोट—पुरुष (इस का पति) भी मांस खाता है।

मांसाहार का प्रभाव सन्तान पर

एक कन्या सन्तोष पुत्री जक्कड कौम हरिजन जन्धेड़ी जाटान में ऐसे कुल में है जिसके मां बाप भी सुअर का मांस खाते हैं। जब ये लड़की पैदा हुई तो १ वर्ष की आयु में पांव की पिन्डलियों में फुन्सियां निकलने लगीं। ज़ब २ वर्ष की आयु हुई तब २६-२-६३ को मुझे दिखलाई गई। ये कन्या उन दिनों भी मांस खाती थी जब ये लड़की ४ वर्ष की हुई तो ६-६-६५ को मुझे फिर दिखलाई इस वर्ष ये इलाज के लिए तैयार हो गये क्योंकि किसी दवा से आराम न आया था। दोनों पांव की पिन्डलियों में छाजन (चमला) फैलता जा रहा था और सिर में फुन्सियां निकलती राघ, खून, पानी बहता था। पेशाब में सफेदी जाती थी।

चिकित्सा—दोनों पिण्डलियों पर छाजन के ऊपर मिट्टी के गारे का लेप दिन भर में कई बार लगातार लेप के ऊपर लेप दिन भर चढ़ाते थे अपने आप झड़ भी जाता था रात भर सोती रहती थी। केवल १० दिन ही यह इलाज किया गया। अब १ वर्ष से बिलकुल ठीक है त्वचा का रंग शरीर की त्वचा के समान है। जांच की गई ता० १८-७-६६ आज कन्या की आयु ५ वर्ष है।

(शुक्र का क्षय)

गर्भिणी संभोग दोनों को एक समान हानि की एक कहानी

कमला धर्मपत्नी फूल सिंह आयु ३० वर्ष दोनों के रोगी होने का समान कारण जेठ, असाढ़ की ऋतु में गृहस्थ धर्म का पालन करने लगे अधिक उष्णता की यह ऋतु होती है। कमला तो गर्भवती हो गई और फूलसिंह को ज्वर आया फिर पीलिया हो गया अर्थात् रक्त में जो शुक्रधारा बहती है वह लगभग समाप्त हो गई २ महीने इलाज होने पर फूलसिंह स्वस्थ हो गये। कमला चार महीने की गर्भवती थी वह गर्भ गिर गया। रक्त भी अधिक निकल गया। अब वह निर्बल हो गई। उसके जिगर कलेजा (कौड़ी) का स्थान-नले गर्भाशय सब स्थानों में सूजन आ गई। अर्थात् वही पीलिया अब कमला को हो गया।

नोट—जोकि रोग पतिदेव को शुक्र (वीर्य) के क्षय से हो गया था। वही रोग धर्मपत्नी को गर्भ गिर जाने से हो गया था।

एक पति आयु २५ वर्ष छुट्टी लेकर घर आये तो धर्मपत्नी ८ महीने की गर्भवती थी। ऐसी दशा में भी संगम किया गया। भेद चला उनकी माता कहने लगी। बहू के दाहनी दुद्धी में थनेला हो गया। मैंने पूछा कोई बालक उसकी गोद में है जो पास सोता हो। उसने कहा कि बालक ३ वर्ष का है पृथक सोता है गर्भ है इसी से अनुमान ठीक निकला दुद्धी दब गई।

चिकित्सा—गर्म पानी की भाप लगानी बतलाई। गर्म गुनगुनी मिट्टी का लेप जल मिलाकर दिन में कई बार लगाया तीसरे दिन राध निकल गई सूजन-कुलन जाती रही। अब ठीक है।

गर्भिणी का अपथ्य (कठोर श्रम)

चन्द्रो धर्म पत्नि मानसिंह नया गांव जिला मुजफ्फर नगर आयु ३६ वर्ष की है। गर्भवती है, जो लाल मिर्च अधिक खाती है हुक्का पीती है और चूल्हे की मिट्टी को भून कर खाती है। इसका फल यह हुआ कि तीन महीने पूरे होने पर थोड़ा थोड़ा रक्त निकलता रहा। आखिरकार होते होते वह गर्भगत बालक डेढ़ वर्ष में उत्पन्न हुआ वह बालक आज ४ वर्ष का है। अब फिर दूसरा गर्भ है। वही दशा अब फिर जारी है। वह परहेज नहीं करती। यह दूसरा बालक भी सवा वर्ष में उत्पन्न हुआ है जो एक वर्ष से अधिक आयु का है। इसी प्रकार अनपढ़ स्त्रियाँ अधिक बोझा उठाना उत्तेजक पदार्थ खाना भोगविलास का जीवन व्यतीत करने आदि से यह संकट बनाये रहती है।

चन्द्रो धर्म पत्नी रामे कहार ग्राम गालिबपुर जिला मुजफ्फरनगर की है। जिसकी आयु ३१ वर्ष है जिसको नवां गर्भ है, पाँच महीने की गर्भवती है। तीन महीने तक उबकाईं व कै आती रही और अब पीलिया, ज्वर, पित्त बढ़ा हुआ है तथा पाँव में सूजन है। ६ अगस्त सन् १९६६ को मुझे दिखाई गई मैंने निम्नलिखित इलाज बताया।

पेट व पेड़ू पर मिट्टी की ठंडी पट्टी दो बार नित्य रखने को बतलाई रोटी बन्द करा दी गई। भोजन में साबूदाना दलिया, दूध दिया जाने लगा।

परिणाम :— ६ तारीख को प्रातः काल रामे आया। उसने बतलाया कि सूजन उतर गई ज्वर भी बिल्कुल जाता रहा और चलने फिरने लगी है। यह केवल आठ दिन के इलाज का फल है। अभी एक महीना इलाज और करने को कह दिया गया अब ठीक है।

एक देवी जिसकी आयु लगभग ४१ वर्ष होगी। नजला रहता था कानों में पस कभी कभी जाता था। उसका इलाज इधर-उधर कराने के बाद कानों में गर्म गर्म मिट्टी की टिकिया से सेक करने से सब पस बह गया। कुछ आराम रहने लगा। अब कार्तिक का महिने आया मासिक धर्म १५ वें दिन होने लगा था। आंतों की गर्मी अभी शान्त नहीं हो पाई थी। फिर भी कातिक के अन्तिम सप्ताह में मासिक धर्म हो गया। सम्वत २०२२ विक्रमी इसी ऋतु काल में देवी जी गर्भवती हो गई। इन दिनों में गर्भ के तत्काल बाद रात्रि में पेट में अफारा रहने लगा। नींद में भी कमी आई। वैद्य जी ने तब मुझ से परामर्श किया पेट, पेड़ू पर गर्म मिट्टी की पट्टी रात्रि में केवल एक बार घन्टा सवा घन्टा बराबर फाल्गुन तक अर्थात् ४ महीने तक रक्खी गई। लाभ—अफारा जाता रहा नींद भी ठीक आती रही। गर्भ को कोई हानि नहीं हुई। गाय के दूध का भी प्रबन्ध रक्खा गया था। शेष ५ महिने में कोई कठिनाई नहीं हुई। कुछ भय था कि गर्भ है या रक्त गुल्म है तब ५ वां महिना पूर्ण हो रहा था एक नर्स से जांच कराई गई। उसने कह दिया कि ५ महिने का गर्भ है। अब ६ महिने ६ दिन पूरे २८० दिन में ६ अगस्त सन् १९६६ ई० को कन्या उत्पन्न हुई है।

नोटः—नजले की रोगिणी जाड़ों की ऋतु थी इस लिये गर्म चिकित्सा से ४ महिने करने पर गर्भ की पुष्टि हो गई।

जात कर्म संस्कार

ओं वेद ते भूमि हृदयं दिवि चन्द्रमसि श्रितम्।
वेदाहं तन्मां तद्विद्यात्पश्येम शरदः शतं
जीवेम शरदः शत छं शृणयाम शरदः शतम् ॥१॥

पार० गृ० सूत्र का० १ क० १६ सू० १७

अर्थ - हे (भूमि) पुत्रोत्पादन करने वाली देवी (ते, हृदयम्) जो तेरा हृदय (दिवि चन्द्रमसि श्रितम्) द्युलोक में रहने वाले चन्द्रमा (चन्द्रादि आल्हादक वस्तु) में स्थित रहा है, गर्भिणी को चन्द्रादि आल्हादक वस्तुओं में मन लगाना चाहिये उसको मैं (वेद) जानता हूँ (तत मां विद्यात) वह मुझे अच्छे प्रकार जाने और हम तुम सब ईश्वर कृपा से (शतं शरदः पश्येम) सौ वर्ष तक देखें (शतं शरदः जीवेम सौ वर्ष तक जीवें (शतं शरदः शृणुयाम) सौ वर्ष तक सुन्दर बातों का श्रवण करें।

ब्रह्मचर्य हो जीवन है जो राष्ट्र की उन्नति का उत्तम मार्ग है

प्रसूत अवस्था के पश्चात तत्काल गर्भावस्था के दृश्य

प्रसूता के साथ कोई २ पति संभोग करते हैं। धर्मपत्नी निर्बल व रोगिणी होती है तब तो उसके रोग में वृद्धि हो जाती है जैसे प्रदर इत्यादि अन्य रोग अगर स्वास्थ्य ठीक है तो अब गर्भ रह जाता है।

इस दशा में दो भार एक साथ हो जाते हैं। एक गर्भ की रक्षा दूसरे गोद के बालक को दूध पिलाने की समस्या। इसका उपाय क्या क्या होता है।

प्रथम—अगर गर्भिणी का दूध गोद के बालक को दिया जाय तो बालक को यकृत इत्यादि अनेक रोग लग जाते हैं। इसलिए ये विचार भी चलता है कि बालक का दूध छुड़ा दिया जाय। ऊपरी दूध चाय कुछ भोजन दिया जाय उनके पाचन के लिए औषधियों का प्रयोग किया जाता है।

दूसरा उपाय ये भी कहीं २ पाया जाता है कि गर्भ गिराने के

लिए कोई उपाय व औषधियां प्रयोग होती हैं। कभी २ गर्भ नहीं गिरता तब की दशा का गर्भ गत बालक पर पूरा प्रभाव पड़ता है। बालक जो पैदा होता है वह पागल-हिंसक चोर-निर्बुद्धि अन्य रोगों में फंसा पैदा होता है। तब तो दो मुसीबत सामने होती हैं। अब उस माता को दो बालकों का पालन पोषण का भार पड़ता है।

दोनों बालक जीवित रहे तो दुर्बल आर्थिक संकट दिन पर दिन बढ़ता रहेगा। ऐसी स्थिति होने पर भी भोग विलास का जीवन बना रहता है। कहावत है–मर्ज बढ़ता गया ज्यों २ दवा की।

गृहस्थ जीवन जो विज्ञान धर्म पूर्वक चलाया जाय तब ही सुख शान्ति की प्राप्ति होती थी। अन्य सारे मार्ग दुःखों की ओर ले जा रहे हैं माता को भोजन में दूध की कमी आई तो माताएं क्षय व सोम रोग हृदय रोग इत्यादि में फंस जाती हैं। कभी २ मर जाती हैं। तब दूसरा विवाह होता है इसका क्या वर्णन किया जाय।

इसलिये आरोग्यता के इच्छुक दम्पति संयम का मार्ग ग्रहण करें।

प्रसूत अवस्था का रोग

शिविर खनौदा १जून सन् १९६६ ई० लौंग श्री धर्मपत्नी मा० राजवीर सिंह ग्राम खनौदा जिला बुलन्दशहर फागुन में बालक उत्पन्न हुआ। प्रसूत गृह का वह स्थान था जहां जाड़ों भर पशु बांधे जाते हैं। उस स्थान की दुर्गंध अभी नहीं गई थी। १० दिन तक जच्चा उस स्थान पर लेटी रही जिसे आज २ वर्ष ३ महिने होते हैं। उसी समय से खांसी, कफ, श्वास के दौरे पड़ते हैं कभी कभी ज्वर भी आ जाता है।

इलाज—उसके १ वर्ष बाद गिलोय बकरी का दूध कुछ दिन दिया था। उससे कुछ दौरे को लाभ हुआ परन्तु गठिया की शिकायत शुरू हो गई।

निम्नलिखित प्राकृतिक चिकित्सा आरम्भ की गई—१ जून से ८ जून सन् १९६६ तक

(१) गर्म मिट्टी की पट्टी पेट, पेड़ू पर दो बार पौन पौन घन्टा

(२) छाती पर अलसी का तेल एक बार लगाना

(३) प्रातः बादाम, मुनक्का की चटनी सायः को बकरी का दूध दिया गया तीसरे दिन आराम आने लगा। एक हफ्ते के इलाज से काम करने लगी।

प्रसूत अवस्था में पित्त निकलना

श्रीमती रामवती पत्नी श्री बाबू जैदयाल सिंह आयु २२ वर्ष गाँव निवादा सरधना जि० मेरठ जब वह गर्भवती थी ४ या ५ महीने का गर्भ था उसे मयादी ज्वर हो गया १५ दिन डाक्टरी इलाज कराया गया ज्वर की गर्मी शान्त हो गई परन्तु जब बच्चा पैदा हो गया जच्चा को गुड़ की पात अजवायन सोंठ इत्यादि दी गई फिर सारा शरीर पित्त से भर गया। मरोड़ा भी पेट में हो गया था बच्चा हुए २० दिन हुये थे ८ या १० दिन तीन बार मिट्टी की ठण्डी रोटी पेट पर आध आध घण्टा रखने पर जच्चा बिलकुल ठीक हो गई। वैद्य तुमन सिंह जी द्वारा ये चिकित्सा बतलाई गई थी।

प्रसूता का अपथ्य

नासूर का रोगी बालक

अयूब अली पुत्र मुन्ना कौम राजपूत मुसलमान ग्राम गालिवपुर जि० मुजफ्फर नगर आयु ५ वर्ष ३ फरवरी सन् १९६३ ई० को मुझे दिखलाया गया।

रोग की उत्पत्ति—जब ये वालक पैदा हुआ जच्चा केवल ६ दिन की थी। १ महीने तक रोटी के साथ सिरका, आम का अचार, लाल मिर्च खाने लगी थी। बालक दुद्धो पीता रहा जब २ वर्ष का हुआ तब खाज–त्वचा में कई जगह से पानी सा खून राघ बहने लगी दायां अंगूठा, दाहना पांव में वीच की अंगुली, वांए हाथ की कोहनी के पास नासूर का वड़ा निशान जो २"×२" बह रहा था। सारे उपरोक्त स्थान ३ वर्ष से बह रहे थे। अर्थात ३ वर्ष से कोढ़ जैसा ये रोगी था पथ्य व दवा गरीवी के कारण कुछ नहीं थी।

चिकित्सा—पेंट-पेडू पर भी मिट्टी की ठण्डी पट्टी समस्त उन स्थानों पर मिट्टी का लेप बारम्बार लगाया गया। भोजन में गाय का दूध आध सेर रोज २ महीने दिया और मिर्च, अचार बन्द कर दिया गया। साधारण भोजन दिया गया सभी स्थानों को नीम के पत्तों के उबाले हुए पानी से धोना बतलाया गया था। तीन महीने में ठीक हो गये।

प्रसूता (जच्चा) का भोजन

मुंह के छाले

बालक १० दिन का था मई सन् १९६० ई० की बात है आज बालक ६ वर्ष का है।

इसहाक राजपूत मुसलमान का बालक दस दिन का था उस बच्चे के मुंह में छाले पड़गये थे दूध पीना बच्चे ने छोड़ दिया। दुद्धी उससे दबती नहीं थी मैंने उन्हें समझाया कि बच्चे ने कुछ खाया नहीं जच्चा (बच्चे की मां) को घी इत्यादि के लड्डू दिये जा रहे हैं उनका दूध कब्ज कर रहा है जच्चा के लड्डू बन्द कर दो दोपहर को मूंग की दाल गेहूं का फुलका और सायं काल भोजन की जगह केवल गाय का दूध दिया जाय ऐसा ही किया गया बच्चे के पेट पर चिकनी मिट्टी की गीली रोटी बनाकर रूमाल में रखकर १५ मिनट तक रखी गई फिर २ घन्टे बाद एक मिट्टी की रोटी बनाकर पुनः १५ मिनट रक्खी गई। बच्चे ने दुद्धी पीनी शुरू कर दी फिर चार दिन तक इस प्रकार दिन भर में (मट्टी+जल) गारे की रोटी सो बनाकर नाभि के ऊपर चार बार रोजाना तीन तीन घन्टे के अन्तर से रक्खी गई और जच्चा के लड्डू बन्द कर दिये गये। बालक चौथे दिन बिलकुल स्वस्थ हो गया।

प्रत्येक पृथिवी के साथ एक चन्द्रमा रहता है

चन्द्रमा की गति

चन्द्रमा अपने चन्द्रमास में एक बार पृथिवि के चारों ओर घूमता है अर्थात् एक चन्द्रमास में बारह राशियों में एक बार घूम लेता है। इसलिये चन्द्रमा एक वर्ष में बारह राशियों में बारह बार घूमेगा।

इस कारण चन्द्रमा में संयम द्वारा योगी को राशिचक्र का ज्ञान सुगम रीति से हो सकता है। ज्योतिष का सिद्धांत है कि जितने ग्रह हैं उन सब में चन्द्र एक राशि पर सबसे कम समय पर रहता है।

चन्द्रमा की गति

चन्द्रमा २७-२६ दिन में अपनी धुरी पर एक वार घूमता है तथा इतने समय में पृथिवी का एक चक्कर लगाता है। दोनों गति पच्छिम से पूर्व को हैं। यही समय चन्द्रमास है। और पृथिवी के साथ साथ सूर्य के चारों ओर ३६५ दिन में एक चक्कर लगाता है। पृथिवी के साथ में चन्द्रमा भी खिचा फिरता रहता है। अतः चन्द्रमा १ वर्ष में सूर्य के चारों ओर एक चक्कर लगाता है।

माता और चन्द्रमा

चन्द्रमा की आकृति गर्भाशय के समान होती है। मन चन्द्रमा ज्ञायते गर्भ अवस्था में बालक का मन वनता है। उस अवस्था में जो २ आहार विहार करती है। वह संस्कार बालक के अन्तः करण में अंकित होते हैं।

सोमलता से माता का विज्ञान और चन्द्रमा

सोमलता का शरीर में दर्शन (गर्भाशय का चन्द्रमा से सम्बन्ध) सोमलता वनस्पति का यह स्वाभाविक गुण हैं कि उसमें प्रतिपदा से पूर्णमासी तक नित्य एक पत्ता निकलता है। अर्थात १५ पत्ते पूर्ण हो जाते हैं। फिर वे पत्ते क्रम से नित्य एक एक झड़ जाते हैं। अमावस्या के दिन वृक्ष पर कोई पत्ता नहीं रहता। १ महीने सोम (चन्द्रमा) माता का यह विज्ञान वर्णन हैं। का सम्बन्ध चन्द्रमा के घटने वढ़ने के साथ साथ ही चलता रहता है। उपरोक्त वनस्पति का नाम भी इसीलिये सोमलता पड़ गया है। ऋतु काल से लेकर गर्भवती को जो शिक्षा दी जाती है वह बालक की पूर्ण शिक्षा है क्योंकि चित्तवहा नाड़ियों का नाभिचक्र, (गर्भाशय से) सम्बन्ध

बना रहता है। संस्कार करने से मन पवित्र शुद्ध संकल्प वाला बनता है।

माता का अन्तःकरण सन्तान का स्तम्भ है।

सन्तान के अन्तःकरण की निर्माता माता ही है।

रजस्राव (मासिक धर्म) से आरम्भ व गर्भावस्था, प्रसूत अवस्था के पश्चात् दूध पिलाने तक माता के आहार विहार का पूरा प्रभाव पड़ता है। सन्तान माता पिता का दर्पण है।

(१) कामान्ध माताका दूध पीने वाला बालक नेत्र दुखना, आखों के रोग इत्यादि होते हैं। (२) लोभन माता के दूध पीने से बालक असन्तोषी रहता है। (३) जो माताएं अधिक अग्नि का कार्य चूल्हा वगैरा पर कार्य करती हैं और तत्काल उठ कर गर्म दूध स्तनों (दूधियों) का पिलाती रहती है उन बच्चों के मस्तिष्क में अनेक विकार होते हैं। (४) जो माताएं दूध काल में अधिक संभोग में रत रहती हैं उन का दूध सपरेटा के समान होता है क्योंकि इस संभोग से वह शुक्र की उपधातु ओज नष्ट हो जाती है जिस से तेज बल, बुद्धि बनता है। ५) जो गर्भिणी माता गर्भ गिराने की चेष्टा करती हैं और गर्भ नहीं गिरता ऐसे बालक हिंसक-चोर मूर्ख, चंचल किसी से प्रेम नहीं करते अपने पिता तक को शत्रु मानते हैं। अनेक वार जांच की गई।

किसी भी रोग की दशा में संभोग न किया जाय

माता का सन्तान पर पूरा प्रभाव

एक नवयुवती खुरजा जिला बुलन्दशहर की है आयु २१ वर्ष जो

एक बालक की माता थी उसी आयु में दौरे पड़ने शुरू हो गये किसी ने हिस्टीरिया किसी ने मृगी कह दिया। इन दौरों के मध्य दूसरा गर्भ स्थापित हो गया मिर्च, खटाई के अधिक प्रयोग से दौरे दिन प्रति दिन अधिक रहे। इस गर्भ से कन्या उत्पन्न हुई जो आज ५ वर्ष की है कन्या की दशा जो इस समय है उसके देखने से माता के हिस्टीरिया की दशा का साक्षात्कार होता है कन्या की दशा निम्नलिखित है।

मस्तिष्क, मेरुदण्ड के दोनों त्रिक केन्द्र में कोई शक्ति नहीं है आंखों को घूमाती है। गूंगी है, दांतों से रोटी को चबा नहीं सकती निगल लेती है हाथों को मुट्ठी बन्धी हैं। पैरों से चल नहीं सकती इस कन्या का यह रोग असाध्य है। क्योंकि माता के वीर्य की दशा में ज्वार भाटा जैसी दशा थी यह सन्तान हिस्टीरीया के रोग का दर्पण है।

इस दशा में कभी भूल कर भी संभोग न किया जाय गर्भ रह जाने से ऐसी अपंग निर्बल सन्तानों का जन्म होता है ऐसी रोगियों का आहार बदल कर सात्विक पदार्थ दिये जांय तब बीर्य की पुष्टि हो सकती है। और हमसे परामर्श करके या हमारी पुस्तकें पढ़कर चिकित्सा की जाय। जब तक ऋतु (मासिक धर्म) की दशा ठीक न हो गर्भ धारण की शक्ति न हो सयम का जीवन व्यतीत करना चाहिये।

माता के तम्बाकू का प्रभाव सन्तानों पर

एक स्त्री धर्म पत्नी अमीचन्द सैनी साकिन जन्धेडी जाटान जिला मुजफ्फरनगर की है। उसके प्रथम एक कन्या उत्पन्न हुई जो स्वस्थ है उसके बाद उस माता को निमुनिया हो गया उसका इलाज डा० साहब ने किया जब वह अच्छी हो गई तो उसे बतलाया कि तुम

तम्बाकू (हुक्का) पीने लगना ये रोग फिर नहीं होगा। उसने हुक्का पीना शुरू कर दिया है। अब १० वर्ष में चार लड़के पैदा हुए हैं जब बालक २ व ३ वर्ष का हो जाता है तभी वह उन्हें हुक्का बीड़ी सिखा देती है उसका यह फल है कि उन चारों बालकों की नेत्र ज्योति कमजोर हो गई है। मैंने उसे समझाया कि हुक्का छोड़ दे बच्चों को न पिलावे। उसने कहा कि यह बतलाओ कि मेरी लड़की क्यों अन्धी नहीं हुई। मैंने कहा कि तुम जब हुक्का नहीं पीती थीं। उसने कहा जो जब भी बालक ठीक न हुए तब क्या होगा। मैं कह सुन कर लौट आया उसके दिमाग पर कोई असर नहीं होता।

पांचवा अध्याय

क्षय इत्यादि रोगों की कहानियां

चिकित्सा—एक स्त्री जिसका नाम शान्ति देवी है आयु ३४ वर्ष थी १५ वर्ष से इन रोगों में ग्रसित थी फेफड़ों में दर्द, टी. बी. डाक्टर करोली साहब ने बतलाई थी, प्रदर भी था, घुटनों तक पांव ठण्डे थे। जिगर में सूजन था, जुकाम, छींक, नजला, नाक में घाव, श्वांस का दोरा, दिल को धड़कन, सिर दर्द, आंखों में ढलका (पानी जाना) धुंधलापन, पिंडलियों में दर्द, पेट में दर्द, प्रायः सारा शरीर ही दुर्बल, रोग ग्रसित थी २५ दिन इलाज विधि पूर्वक करने पर सब प्रकार स्वास्थ्य अच्छा हो गया प्रातः सांय एक एक सेर बकरी का दूध पचने लगा दोपहर को भोजन सब्जी से खाती थी। "उसने मासिक धर्म के दिनों में" चिकित्सा जारी रक्खी यह बात उसने मुझ से नहीं मालूम की थी। इससे ठंड के प्रभाव से कुछ ज्वर हो गया था फिर उसे चिकित्सा आगे बतलाई गई। आगे को समझा दिया कि मासिक धर्म के दिनों में ये चिकित्सा नहीं की जाती है।

इस रोगिणी की संक्षेप चिकित्सा विधि मिट्टी के गर्म जल द्वारा रोटी दिन भर में ३ बार फेफड़ों पर तिल का तेल सुबह, शाम पांच पांच मिनट मलकर अलसी की पोटली से सेक कर रूई बांधना बादाम को चटनो भो खाना, पानो गर्म गुनगुना पीती थी। यह रोगिणी जाड़ों की ऋतु में आई थी।

श्वांस को रोगिणी

एक देवी जिनकी आयु ५० वर्ष है जिन्हें १५ वर्ष पहले खांसी आरम्भ हुई तब से जिगर खराब, दिल में धड़कन-श्वास की नली में दर्द-बांई पसली में दर्द-जाड़ों में बराबर श्वास का दौरा पाचन क्रिया दिन प्रति दिन खराब होती जा रही थी। १९ नौम्बर सन् ६० ई. को मैंने चिकित्सा मिट्टी द्वारा बतला दो-बादाम को चटनी पीने को गर्म पानी-छाती पर तिल का तेल लगा कर अलसी की पोटली तवे पर गर्म कर करके सेक सुबह-शाम-और छाती पर सूर्य्य किरण (धूप लगाना) बतलाया-साथ हो पथ्य-संयम की बात समझा दी गई। आराम होना आरम्भ हो गया-तीसरे दिन ही से दौरा बन्द हो गया। लगभग डेढ़ महीने तक बिलकुल आरोग्य रही। कोई भी दोष नहीं रहा था। मैं देखने गया तो केवल एक शिकायत शेष रह गई कि दिल में अभी ताकत नहीं आई। चेहरा पुष्ट लाल हो गया था, रक्त शरीर में ठीक गति कर रहा था नींद गाढ़ी आती थी। पं० जी भी जप-तप करने का कार्य ही करते थे ग्रह इत्यादि ही दूसरों की देखते रहते थे।

उन्होंने समझ लिया पंडितानी ठीक है संयम में ढिलाई कर दी। फिर देवी रोगिणी हो गई मेरे पास आये, कहने लगे कि किसी की नजर लग गई या हमारे भाग्य का ही दोष है सारे रोगी ठीक हैं, पथ्य में कोई कमी नहीं क्या बात हुई? मैंने कहा यह दोष भाग्य

का नहीं है आपके इन कर्मों का ही परिणाम है जो प्रकृति विरुद्ध रात दिन जान व अनजान में करते रहते और भाग्य को दोष देते हैं। अतः फिर चिकित्सा ठीक संयम, पथ्य, आचार-विहार को लक्ष्य रखकर की गई फिर से रोगिणी ठीक हो गई।

पाचन क्रिया

मलेरिया ज्वर की एक रोगिणी का वृतान्त

जो सितम्बर सन् १६४२ का है

एक रोगिणी जिसकी आयु लगभग ३० वर्ष थी वह वर्षा ऋतु में भोजन में मिर्च, प्याज इत्यादि से सूखी बासी रोटी खाती जैसा खेत का काम था करतो रहती उसे अन्त में मलेरिया ज्वर आने लगा। हर समय ज्वर रहने लगा, जब वह मुझे दिखलाई गई मैंने उसके पेट को दबा कर देखा ऐसा लगता था कि तिल्ली जिगर बढ़ रहे हैं लेकिन वहां मल की गांठें, यकृत, तिल्ली के पास तक बड़ी आंतों में भरी थीं। चिकित्सा आरम्भ की गई। रोजाना गर्म पानी पीने के अतिरिक्त कुछ खा नहीं सकती थी पेट में हर समय अफारा बना रहता था। चिकित्सा से नित्य ३ या ४ दस्त आने लगे बेहोशी धीरे धीरे कम होने लगी।

प्रथम सप्ताह के बाद उसे थोड़ा थोड़ा दूध दिया जाने लगा द्वितीय सप्ताह में भी बराबर २ या ३ दस्त नित्य आते रहे। प्यास भी कुछ कम होने लगी १५ दिन तक लगभग ५० दस्त आये थे। तब कहीं ज्वर उतरा तब यह बात सब की समझ में आई कि पेट में कितना मल इकट्ठा जमा हो सकता है उस मूर्खा के प्राण बच गये उसने बतलाया कि बगैर भूख भी कुछ न कुछ रोटी इसलिये खाती

पड़ती थी कि खेत का काम भी करना पड़ता था। भूखे रहकर काम करना बसका नहीं पाठक अब आप इस कहानी से समझ लें कि कितने ही नर नारी स्वास्थ्य के नियम न जानने से असमय मृत्यु के मुंह में जाते रहते हैं।

स्नायु रोग की एक रोगिणी

धर्मपत्नी पं० शिवशंकर सिंह ग्राम भटवलिया पो० रतसर जि० बलिया की है जिनकी आयु ४२ वर्ष है। २ वर्ष से रोगी है कई डाक्टरों व हकीमों का इलाज हो चुका है आराम नहीं आया है।

रोग के लक्षण—पेट में कभी जलन, कभी दर्द, कभी झीन-झीन कभी गिन गिन होता है कभी सारा शरीर धक-धक और कांपने लगता है और हाथ पैर के नाखून भी गिन गिन करने लगते हैं शरीर एक दम ठण्डा हो जाता है। कभी २ दोनों पांव सुन्न हो जाते हैं दिमाग में ऐसी बातें आती हैं जैसे किसी बात की चिन्ता बनी रहती हो इस समय मासिक धर्म करीब ठीक २ होता है। ३ बालक हैं ३ बालक मर गये हैं। गोद में कोई बालक नहीं है प्रदर भी है टट्टी साफ नहीं होती, हुक्का पीती है, पान भी खाती है। एक बार चावल एक बार रोटी, दांतों में दर्द हो जाता है। बच्चेदानी में डाक्टर ने सूजन बतलाई है।

चिकित्सा—६ जून सन् १९६५ ई० से निम्नलिखित चल रही है।

(१) पेट, पेड़ू पर मिट्टी की गुनगुनी रोटी तीन बार रोज आध आध घण्टा लगाना।

(२) प्रातः रात में गाय का दूध दोपहर सायः भोजन सब्जी से।

(३) ब्रह्मचर्य पालन की ओर दम्पत्ति का ध्यान लगा दिया है।

(४) हुक्का, पान, चावल इत्यादि बन्द करा दिया है।

(५) हर महीने पत्र द्वारा चिकित्सा का फल लिखित आता रहता है।

(६) रोगिणी की चिकित्सा बग़ैर देखे ही चल रही है। अब १ वर्ष पूरा हो गया है। जिसको डाक्टरों ने असाध्य कहा था उसे आराम आ रहा है। चिकित्सा जारी है।

स्नायु (Nervous) का मानसिक विकार के लक्षण स्नायु रोगियों में एक ऐसा भ्रम सदा बना रहता है कि मैं अच्छा हूंगा या नहीं। आत्मघात के विचार सदैव बने रहते हैं कोई रोगी अतिवक्ता (अधिक बोलने वाला) कोई मौनी मितभाषी होता है। उसे किसी से मोह नहीं रहता, आत्महत्या के विचार में भटकता है नींद की कमी भी हो जाती है। साहस जाता रहता है निरर्थक भय के विचारों से वह नित्य दुःखी रहता है पाचन क्रिया में बहुत परिवर्तन हो जाता है। शरीर के प्रत्येक स्थान में एक प्रकार का ऐसा कष्ट होता है जो वर्णन नहीं किया जा सकता, यह कष्ट सदा नहीं बना रहता। ये पृष्ठ वंशिक मज्जा की क्रिया में विकार उत्पन्न होने से माना जाता है।

प्रदर की रोगिणी

२ जून सन् १९६६ ई० रामवती धर्मपत्नी धर्मवीर आयु ४० वर्ष की है जिन्हें एक वर्ष से प्रदर की शिकायत रहती थी। केवल ४ दिन पेट-पेड़ू पर ठण्डी मिट्टी की पट्टी रखने से आराम आ गया है लेकिन

कम से कम १० दिन तक बराबर मिट्टी की ठण्डी पट्टी रखनी चाहिए। गाय का दूध भी पीने से बलवृद्धि हो जाती है।

कोढ़—क्षय रतिरोग उत्पत्ति के कारण

जब से विश्व में उष्ण वीर्य पदार्थ-उत्तेजक, मादक द्रव जैसे मांस-मद्य-चाय इत्यादि का जनता में प्रचार हो गया है उसी से पर स्त्री गमन की बुराई की जड़ भी मजबूत हो गई है। इससे रति रोग आतिशक जैसे भयंकर रोग फैल गए हैं इन रोगों को नष्ट करने की जो विषैली औषधियां जैसे पारा इस प्रकार की तीक्ष्ण दवाओं से काम लिया जाने लगा उसी के फल स्वरूप कोढ़-क्षय (राज्य क्षमा) इत्यादि रोगों का फैलाव होता जा रहा है।

क्षय—भारत वर्ष में राज्यक्ष्मा के रोगी २५ लाख हैं जिनमें ५ लाख प्रति वर्ष मर जाते हैं और नवीन रोगी बनते रहते हैं।

उद्धृत— विशेषांक (अगस्त सितम्बर) सन् १९५९ स्वस्थ जीवन कलकत्ता

कोढ़—भारत में इस समय २०, २५ लाख कोढ़ी हैं। महात्मा गांधी जी ने कहा था जिसदिन १०० निस्पृह कुष्ठ सेवक उपलब्ध हों उसी दिन मैं कुष्ठ-सेवक-संघ की स्थापना करूंगा"

उद्धृत—कुष्ठ सेवा पुस्तक लेखक डा० रविशंकर शर्मा प्रकाशन अ० भा० सर्व सेवा संघ वाराणसी—

चतस्त्रोऽवस्थाः शरीरस्य वृद्धिर्यौवनं संम्पूर्णता किञ्चित्परिहाणिश्चेति। तयाषोडशाद् वृद्धिः। आपञ्चविंशते-

यौवनम् । आचत्वरिंशतस्सम्पूर्णता । ततः किञ्चत्परिहाणिश्चेति ।।

पञ्चविंशे ततो वर्षे पुमान्नारी तु षोड़षे
समत्वागतवीर्यौ तौ जानीयात् कुशलो भिषक् ।।१।।

यह धनवन्तरि जी कृत सुश्रुत ग्रन्थ का प्रमाण है ।

अर्थ इस मनुष्य देह की ४ अवस्था हैं एक वृद्धि, दूसरी यौवन, तीसरी सम्पूर्णता, चौथी किञ्चितपरिहाणी करने हारी अवस्था है। इनमें १६ (सोलहवें) वर्ष आरम्भ (पच्चीसवें) वर्ष पूर्ति वाली वृद्धि की अवस्था है। जो कोई इस वृद्धि की अवस्था में वीर्यादि धातुओं का नाश करेगा वह कुल्हाड़े से काटे वृक्ष व डंडे से फूटे घड़े के समान अपने सर्वस्व का नाश करके पश्चाताप करेगा पुनः उसके हाथ में सुधार कुछ भी न रहेगा। और दूसरी जो युवावस्था उसका आरम्भ (पच्चीसवें) वर्ष से और पूर्ति (चालीसवें वर्ष में होती है जो कोई इस यथावत् संरक्षित न करके रक्खेगा वह अपनी भाग्यशालीनता वो नष्ट कर देवेगा और तीसरी पूर्ण युवावस्था ४० (चालीसवां) वर्ष में होती है जो कोई बृह्मचारी होकर पुनः ऋतुगामी परिस्त्रीत्यागी एकस्त्रीव्रत गर्भ रहे पश्चात एक वर्ष पर्यन्त ब्रह्मचारी न रहेगा वह भी बना बनाया धूल में मिल जायगा और चौथी ४० (चालीसवें) वर्ष से यावत् निर्वीर्य न हो तावत् किञ्चित हानिरूप अवस्था है यदि किञ्चित हानि के बदले वीर्य की अधिक हानि करेगा वह भी राज्यक्ष्मा और भगन्दरादि रोगों से पीड़ित हो जायगा और जो इन चारों अवस्थायों को यथोक्त सुरक्षित रक्खेगा वह सर्वदा आनन्दित होकर सब संसार को सुखी कर सकेगा।

उद्धृत—संस्कार विधि का वेदारम्भ प्रकरण (लेखक महर्षि दयानन्द सरस्वती)

यह नाशकारी चाय

'स्वस्थ जीवन' मासिक पत्र से, लेखक:-गंगा प्रशाद गौड़ 'नाहर'

जिस चाय को अधिकतर लोग स्फूर्तिदायक पेय समझते हैं वह दरअसल विषम विषों की खान है, क्योंकि उसमें एक ही नहीं अपितु आठ घातक विष एक साथ मौजूद रहते हैं। फलतः चाय से शरीर को कोई लाभ तो मिलने से रहा उल्टे उसके सेवन से शरीर दिन ब दिन कमजोर होता जाता है, वीर्य पतला पड़ जाता है, कब्ज रहने लगता है, शरीर का रंग पीला पड़ जाता है, तथा नींद हराम हो जाती है, जिससे मस्तिष्क के अनेक रोग आ घेरते हैं। इतना ही नहीं, चाय फेफड़ों, दिल और अंतड़ियों के लिए भी बहुत हानिकारक है, और इसके सेवन से भूख का मर जाना तो मामूली बात है।

दांत—चेराई (जोधपुर) के प्रसिद्ध शासकीय आयुर्वेद अस्पताल के प्रधान चिकित्सक वैद्य श्री प्रभुदयाल बशिष्ट भिषगाचार्य ने बताया है कि चाय पीने से दांतों का रोग हो जाता है, तथा दांत युवावस्था में ही मैले कुचैले होकर हिलने लग जाते हैं, और अन्त में गिर जाते हैं। इससे चेहरे की सुन्दरता तो जाती ही है, साथ ही अन्य कितने ही रोग भी आ घेरते हैं, जैसे दांतों का कैन्सर, तथा आंखों की बीमारियां आदि।

(१) चाय के सेवन से फेफड़ों द्वारा कार्बोलिक एसिड गैस का निष्कासन अधिक होने के कारण शरीर की जीवनी शक्ति का क्षय अधिक होता है। शरीर में होने वाले सम्पूर्ण जीवनी शक्ति के क्षय

का $\frac{1}{4}$ से $\frac{1}{10}$ भाग केवल चाय पीने से होता है। जीवनी शक्ति के इस प्रकार के क्षय से बुढ़ापा शीघ्र आ जाता है।

(२) चाय में पाये जाने वाले टेनिन विष के द्वारा पित्त के प्रधान अंग पेप्सिन का व्यर्थ क्षय होने लगता है। इन कारणों से पाचन क्रिया में वाधा उपस्थित होकर अजीर्ण, मन्दाग्नि, तथा कोष्ठवद्धता जैसे भयानक पेट के रोग उत्पन्न हो जाते हैं।

(३) चाय पीने वाले बहुधा वीर्य-दोष, प्रमेह, बहुमूत्र, स्वप्न-दोष तथा हृदय रोग आदि से घिरे रहते हैं।

चाय में पाये जाने वाले एक ही नहीं अपितु अनेक तीव्र विष का पता वैज्ञानिकों ने लगाया है। उनके नाम, उनकी तीव्रता एवं विषमता के क्रम से उनके अवगुणों के साथ नीचे दिये जा रहे हैं।

१. टैनिन

चाय में स्थित टैनिन-विष उन गिल्टियों एवं भोजन-प्रणाली के खुरदरे भाग को चिकना कर दे, या दूसरे शब्दों में, भोजन-प्रणाली के उन असंख्य मुखों को वन्द करके उन्हें सख्त कर दे जिनके द्वारा खाई हुई वस्तु के रस को शरीर चूसता है और चूसकर उसे अपने में जज्ब करता है। इस दोषपूर्ण प्रतिक्रिया का कितना वड़ा कुप्रभाव शरीर पर पड़ता है वह आसानी से समझा जा सकता है।

२. कैफीन

दूसरा विष जो चाय में पाया जाता है वह कैफीन है। यह प्रभाव में मदिरा और तम्बाकू में पाये जाने वाले तीव्र विष निकोटिन सदृश होता है। चाय में वह पौने तीन प्रतिशत और काफी में तीन

प्रतिशत होता है। इसको इस तरह समझें कि प्रति ढाई तोले चाय में ८-९ ग्रेन तथा प्रति ढाई तोले काफी में ४ से १० ग्रेन तक कैफीन होता है। आमतौर से प्रत्येक प्याला चाय या काफी में ५ ग्रेन के लगभग कैफीन होता है। यह कैफीन एक महाभयंकर विष है।

डाक्टर एडवर्ड स्मिथ ने अनुभव करने के लिए स्वयं दो औंस कहवा के सत्व को जिसमें लगभग ७ ग्रेन कैफीन रही होगी, पिया और वे मूर्छित होकर पृथ्वी पर गिर पड़े। इसीलिये डाक्टर लोग जब कैफीन को दवाई के रूप में देते हैं तो इसकी मात्रा दो या तीन ग्रेन से अधिक नहीं होती।

यह भी सिद्ध हो चुका है कि कैफीन रक्त चाप को बढ़ाता है जब किसी मानसिक आघात या दुर्घटनावश रक्त चाप कम हो जाता है, तो आमतौर पर डाक्टर लोग ऐसे मरीजों का रक्त- चाप बढ़ाने के लिए कैफीन ही देते हैं। चाय, काफी के एक प्याले की कैफीन रक्त- चाप बढ़ाने के लिए काफी है, ऐसी दशा में दिन में ५-६ या ८-१० बार चाय या काफी के प्याले पीने वालों के स्वास्थ्य की कल्पना सहज ही की जा सकती है।

३. थीन (Theine)

चाय में पाये जाने वाले तीसरे प्रकार के विष का नाम थीन है। इसका प्रभाव शरीर पर शराब के प्रभाव से मिलता जुलता पड़ता है। इससे सर्वप्रथम शरीर में ताजगी व स्फूर्ति सी मालूम होने लगती है, पर थोड़ी देर बाद ही नशा उतरने पर खुश्की और क्लान्ति की उत्पत्ति होती प्रतीत होती है, तथा और अधिक चाय पीने की प्रवृत्ति होती है।

चाय में थीन की मात्रा ३ प्रतिशत से ६ प्रतिशत तक होती है।

डाक्टर ई० स्मिथ तथा डाक्टर रिचार्डसन आदि कई चोटी के डाक्टर अनुभव के पश्चात् इस परिणाम पर पहुँचे हैं कि थीन, कैफीन अथवा थियोब्रोमाइन की साधारण एवं थोड़ी सी मात्रा के प्रयोग से हृदय और फेफड़ों का कार्य असाधारण रूप से बढ़ जाता है और शरीर के ताप में कमी आ जाती है। यह भी कि इसे अधिक मात्रा में प्रयोग करने से वमन होने लगता है, सिर चकराता है, मूर्छा आ जाती है, और कभी-कभी मृत्यु भी हो जाती है।

४. पेपीन

यह टैनिन विष से मिलता जुलता असर करता है। इसका बुरा प्रभाव टैनिन की भांति ही शरीर के पाचन यन्त्रों पर विशेष रूप से पड़ता है।

गुर्दा:—कैफीन विष से गठिया आदि वात रोग भी उत्पन्न हो जाते हैं। इस जहर का असर गुर्दों पर तो विशेष रूप से पड़ता है, जिससे उनके काम में अनावश्यक वृद्धि हो जाती है और जिसके फलस्वरूप वे निकम्मे और रोगी हो जाते हैं। चाय के अधिक सेवन से प्रतिदिन मूत्र की मात्रा बढ़ती ही जाती है जो इस बात का प्रमाण है कि चाय पीने से गुर्दों का काम आवश्यकता से अधिक बढ़ जाता है, जो स्वास्थ्य के लिए हानिकारक होता है। चाय पीने से उसमें स्थित कैफीन विष के प्रभाव से मूत्र की मात्रा में लगभग तीन गुनी वृद्धि तो हो ही जाती है, किन्तु उसके द्वारा शरीर का दूषित मल बहुत कम मात्रा में बाहर निकल पाता है, जिसके फलस्वरूप शरीर के विजातीय द्रव जिन्हें शरीर शुद्धि के लिए मूत्र द्वारा निष्कासित हो जाना चाहिए, शरीर के भीतर ही बने रहते हैं और गठिया, दर्द एवं गुर्दों, यकृत, तथा हृदय आदि सम्बन्धी रोगों के कारण बनते हैं।

कैफीन में के कुछ तत्व शरीर में के विटामिन बी० का सफाया

कर देते हैं, जिससे उसके अभाव के लक्षण रक्ताल्पता, ग्रन्थियों की अस्तव्यस्तता, श्रवण और दृष्टि शक्ति का ह्रास, पित्ताशय और वृक्कों का विकार, यौन शक्ति का ह्रास, हृदय विकार, स्नायुदौर्बल्य, स्मरण शक्ति का ह्रास तथा उन्माद आदि प्रगट होते हैं। कुछ प्रयोगों से यह भी पता चला है कि विटामिन बी० की कमी से बाल बहुत जल्द सफेद हो जाते हैं।

कैफीन विष ही चाय का वह अंश है, जिसके हल्के नशे से वशीभूत होकर मनुष्य धीरे धीरे चाय का आदी या उसका गुलाम बन जाता है।

जिनको धुन्ध रोग है, ग्लोकोमा (Glaucoma) है, अथवा कई अन्य नेत्र सम्बन्धी रोग है, उनके लिए तो चाय या काफी हलाहलो विष के समान है।

(५) साइनोजेन

(६) स्ट्रिकनाइन

(७) साइनाइड

(८) ऐरोमेलिक आयल

चाय में ये चार प्रकार के विष और पाये जाते हैं जिनका प्रभाव शरीर और मस्तिष्क पर बुरा पड़ता है। इनसे चक्कर आना आवाज का बदल जाना लकवा, रक्त विकार, वीर्य दोष, गुल्मवायु तथा अनिद्रा आदि रोग पैदा होते हैं और जड़ पकड़ते हैं। ऐरोमेलिक आयल से दांतों में खुश्की पैदा होती है।

काफी

काफी चाय से भी अधिक हानिकारक पेय है और एल्कोहल से भी अधिक खतरनाक। काफी का कैफीन, चाय के कैफीन से अधिक घातक होता है। जो शरीर को धीरे धीरे क्षीण करता रहता है। जर्मनी में आजकल काफी अधिक सेवन की जाती है जिसका परिणाम यह हो रहा है कि आमाशय, पित्ताशय, हृदय, रक्त संचरण सम्बन्धी तथा बातज रोगों का प्रकोप वहां दिन दूना रात चौगुना बढ़ रहा है।

श्वांस का रोग

जो मनुष्य चाय तम्बाकू अफीम शराब खाते-पीते हैं जब उन्हें जुकाम होता है फिर नजला खांसी दमा श्वांस हो जाता है फिर जाड़ों भर इन्जक्शकन के सहारे श्वांस के दौरों का मुकाबला किया जाता है। परन्तु रोग से पीछा नहीं छूटता। जन्मभर दुख भोगते हैं।

हमने कस्वा पिलखुवा जि० मेरठ में ठाकुर रघुनाथसिंह जी मेम्बर नगरपालिका के यहां ११ नवम्बर सन् १९६० ई० से २८ फरवरी सन् १९६१ ई० तक ठहर कर ६० रोगियों का इलाज किया। जिस तिथि से चिकित्सा शुरू की गई उसी दिन से इन्जक्शन से भी छुट्टी हो गई और दौरा भी समाप्त हो गया क्योंकि शराब अफीम चाय तम्बाकू सभी से पीछा छुट गया था। श्वांस के रोग का पूर्ण अनुभव पिलखुवे ही हो गया था पुराने से पुराने ६० वर्ष की आयु तक के रोगी जिन्हें २० वर्ष, २५ वर्ष से श्वांस का रोग था। नष्ट हो गया।

श्वांस रोग की चिकित्सा विधि व प्रमाण पत्र

हमारी लिखित पुस्तक जीवन सदेश (प्राण चिकित्सा) में अं
है। वहां से पढ़ कर स्वयं चिकित्सा कीजिए। इस पुस्तक में स
रोगों की विधि विधान सहित चिकित्सा दर्ज है।

(कविता)

(लेखक पं० बाबूराम ब्रह्म कवि)

अन्न ही बनावे मन, मन जैसी इन्द्रियां हों
इन्द्रियों से कर्म, कर्म भोग भुगवाते हैं
अन्न ही से वीर क्लीव, क्लीव वीर होते देखे
अन्न के प्रताप योगी भोगी बन जाते हैं
अन्न ही के दूषण से तामसी ले जन्म जीव
अन्न की पवित्रता से देव खींच आते हैं
मृत्यु लोक से हे 'ब्रह्म', मोक्ष और बन्धन का
वेद आदि मूल तत्व अन्न ही बताते हैं।

(अन्नेनवाव सर्वे प्राणाः महीयन्ते) तैत्तिरीयोपनिषद् अन्न
यह प्राण अपान व्यानादि महिमा को प्राप्त होते हैं। अन्न के बि
प्राण नहीं रह सकते।

(अन्न ७ हि भूतानां ज्येष्ठम्) अन्न ही भूत मात्र में श्रेष्ठ है
(तस्मात् सर्वौषधम् उच्यते) इसलिये अन्न ही सर्वौष
कहाता है।

नोटः—सात्विक आहार, ब्रह्मचर्य का पालन, ईश्वर विश्वास करके मात
मातृशक्ति देवियों का विज्ञान, गाय का दूध, पृथिवी माता (मिट्टी
द्वारा चिकित्सा पूर्ण है। ये वेद विद्या १६ कलाओं को पूर्ण करती है

बापूजी की निसर्गोपचार योजना पूर्ण करने का साधन

इस पुस्तक के प्रमाण अनीति की राह पर (सयंम बनाम भोग